อนุสรณ์

งานพระราชทานเพลิงศพ

คุณพ่อเชื้อ ศรทัตต์
คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์

ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม

วันที่ ๔ เมษายน ๒๕๒๐

18

เจ้าภาพขอกราบขอบพระคุณ

ในวาระการพระราชทานเพลิงศพ คุณพ่อเชื้อ และคุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์ เจ้าภาพขอกราบขอบพระคุณท่าน ม.ล. ปิ่น มาลากุล ประธานในพิธีฯ และท่านผู้มีเกียรติตลอดจนญาติมิตรที่เคารพนับถือทุกท่าน ที่ได้สละเวลาอันมีค่ามาร่วมในพิธีนี้

หากมีสิ่งใดขาดตกบกพร่อง ขอได้โปรดกรุณาประทานอภัยให้ด้วย.

เจ้าภาพ





อนุสรณ์

งานพระราชทานเพลิงศพ

คุณพ่อเชื้อ ศรทัตต์
คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์

ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม

วันที่ ๔ เมษายน ๒๕๒๑

คุณพ่อเชื้อ ศรทัตต์

ชาตะ ๒๘ เมษายน ๒๔๔๒

มตะ ๗ กันยายน ๒๕๒๐

[illegible]

[illegible]

[illegible]



คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์

ชาตะ ๑๒ ธันวาคม ๒๔๕๔

มตะ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๒๐



ประวัติสังเขป

คุณพ่อเชื้อ และ คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์

●

คุณพ่อเชื้อ ศรทัตต์ เป็นบุตรคนสุดท้องของ คุณปู่สอน และ คุณย่าฮวย ศรทัตต์ เกิดเมื่อวันที่ ๒๘ เมษายน พ.ศ. ๒๔๔๒ ที่บ้านเลขที่ ๑๐๒ ตำบลวชิระพยาบาล อำเภอดุสิต กรุงเทพมหานคร

มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน ๗ คน คือ —

๑. นางสุ่น นาครทรรพ

๒. หลวงสาทรราชายุตก์ (สาทร ศรทัตต์)

๓. นางนวม นาครทรรพ

๔. ขุนจำเนียรระบิล (สุดใจ ศรทัตต์)

๕. พันเอกหลวงรักษ์โยธี (รักษ์ ศรทัตต์)

๖. นายจำรัส ศรทัตต์

๗. นายเชื้อ ศรทัตต์

ได้เข้ารับการศึกษาเป็นนักเรียนมหาดเล็กหลวง ณ สำนักโรงเรียนมหาดเล็กหลวงในรัชกาลที่ ๖ ซึ่งในปัจจุบันทรงพระกรุณาโปรดเกล้าพระราชทานนามโรงเรียนว่า "โรงเรียนวชิราวุธวิทยาลัย" จนจบหลักสูตร และต่อมาได้เข้ารับราชการที่กรมสรรพากร ในแผนกสารบรรณ เรื่อยมาจนครบเกษียณอายุราชการ

เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๗๔ ได้ทำการสมรสกับคุณแม่สุดจิตต์ ศรีสวัสดิ์เล็ก มีบุตรธิดารวม ๓ คน คือ —

๑. นางสาวนิภา ศรทัตต์

๒. นายปราโมทย์ ศรทัตต์

๓. นางสาวจารุณี ศรทัตต์

และมีบุตรบุญธรรม ๑ คน คือ —

นายสมศักดิ์ ศรทัตต์

มีหลาน ๒ คน คือ —

๑. เด็กหญิงภาวินี ศรทัตต์ } บุตร นายปราโมทย์ นางรัตนา ศรทัตต์
๒. เด็กชายพีระวัฒน์ ศรทัตต์

เมื่อประมาณเดือนมกราคม ๒๕๒๐ คุณพ่อเริ่มมีอาการเหนื่อย ลูก ๆ จึงพาไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลศิริราช อาการก็ดีขึ้น ต่อมาเมื่อวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๒๐ คุณพ่อมีอาการเหนื่อยมาก โดยการแนะนำของแพทย์ ลูก ๆ จึงพาคุณพ่อไปพักรักษาตัว ที่โรงพยาบาลศิริราช เป็นเวลา ๑๕ วัน เมื่ออาการป่วยหายดีแล้ว ก็กลับมาพักผ่อนที่บ้าน

ครั้นต่อมา วันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๒๐ คุณพ่อก็กลับไม่สบายขึ้นอีก ไม่ยอมรับประทานอาหารเลย โดยการแนะนำของแพทย์ ได้ให้อาจารย์พยาบาลมาให้น้ำเกลือที่บ้าน คุณพ่อก็ไม่ดีขึ้น จึงพาคุณพ่อไปโรงพยาบาลศิริราชอีกครั้งหนึ่ง แต่อาการกลับทรุดลง ด้วยโรคปอดอักเสบ และเพราะความชราของคุณพ่อด้วย ต่อมาได้พาคุณพ่อไปรักษาตัวอยู่กับพี่ (แพทย์หญิงพูนศรี วินิจฉัยกุล) ที่โรงพยาบาลเลิศสิน ซึ่งเป็นความพอใจของคุณพ่อด้วย คุณพ่อมีอาการดีขึ้นเล็กน้อย แล้วกลับทรุดลงอีก และได้ถึงแก่กรรมเมื่อวันที่ ๗ กันยายน ๒๕๒๐ เวลา ๑๘.๐๐ น. เศษ รวมอายุได้ ๗๘ ปี.

คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์ เป็นบุตรคนโตของ คุณตาชวลิต และ คุณยายบุญช่วย ศรีสวัสดิ์เล็ก เกิดเมื่อวันที่ ๑๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๔๕๔ ที่บ้านปากกะพอก ตำบลบางกุ้ง อำเภอศรีมหาโพธิ์ จังหวัดปราจีนบุรี

มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน ๓ คน คือ —

๑. นางสุดจิตต์ ศรทัตต์
๒. น.ส. สอิ้ง ศรีสวัสดิ์เล็ก (ถึงแก่กรรม)
๓. นายฉลวย ศรีสวัสดิ์เล็ก (,,)

มีพี่น้องต่างบิดา ๑ คน คือ —

นางสอาด นุชนาฏ

มีพี่น้องต่างมารดา ๒ คน คือ —

๑. นางสมเวียง บุญปลูก
๒. นายชัช ศรีสวัสดิ์เล็ก

เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๗๔ ได้ทำการสมรสกับคุณพ่อเชื้อ ศรทัตต์ มีบุตรธิดารวม ๓ คน มีบุตรธรรมคน ๑ คน และมีหลานหญิง — ชาย ๒ คน ดังกล่าวแล้ว

ประมาณเดือน มกราคม ๒๕๑๓ คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์ ป่วยเป็นฝีที่ตับ ลูกๆ ได้พาไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลศิริราช ในความดูแลของแพทย์หญิงเจียมจิตต์ ดำรงศักดิ์ และแพทย์หญิงลาวัณย์ เมืองมณี ได้รับการรักษาเป็นอย่างดี จนหายเป็นปกติ และกลับไปพักที่บ้าน หลังจากนั้น คุณแม่ก็แข็งแรงขึ้นเป็นลำดับเรื่อยมา เป็นเวลา ๔ ปีเศษ

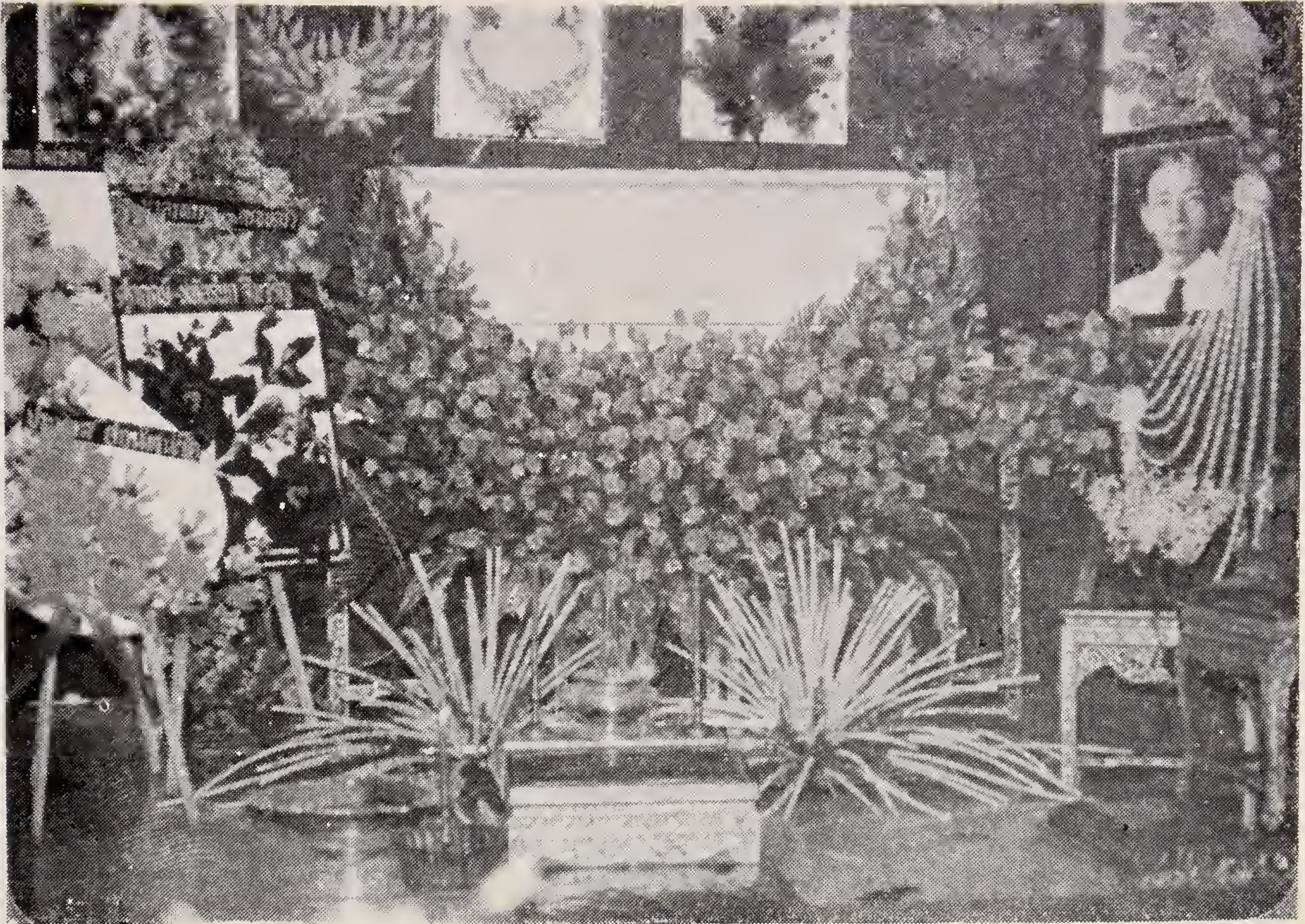
จนกระทั่งวันที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๑๗ คุณแม่เริ่มมีอาการไม่ค่อยสบาย ลูก ๆ จึงพาไปพักรักษาตัวที่โรงพยาบาลศิริราช อย่างเคย โดยการดูแลของแพทย์หญิงลาวัณย์ เมืองมณี และนายแพทย์ไพบูลย์ จิตประไพ ปรากฏว่าเป็นมะเร็งที่ไตข้างซ้าย หมอให้รีบทำการผ่าตัดด่วน

นายแพทย์ไพบูลย์ จิตประไพ ได้ทำการผ่าตัดเอาไตข้างซ้ายออก หลังจากออกจากโรงพยาบาลมาพักผ่อนที่บ้าน คุณแม่ก็เริ่มแข็งแรงและหายเป็นปกติเช่นคนธรรมดา สามารถบริหารและทำงานได้อย่างดี ถึงอย่างนั้น ก็มิได้ทอดทิ้งคุณแม่ ได้พาไปตรวจร่างกายติดต่อกันอยู่เสมอมิได้ขาด ส่วนทางด้านยาไทย ใครแนะนำว่าที่ไหนดีลูก ๆ ก็พยายามแสวงหามาให้คุณแม่รับประทาน ซึ่งคุณแม่ไม่เคยขัดใจลูกเลย คุณแม่จะรับประทานยาทุกอย่างที่ลูกหามาให้ท่าน จนลูก ๆ เองกลับนึกสงสารท่าน

ต่อมาเมื่อเดือนมกราคม ๒๕๒๐ คุณแม่เริ่มอ่อนแอลงเรื่อย ๆ ประจวบกับการสูญเสียคุณพ่อ เมื่อวันที่ ๗ กันยายน ๒๕๒๐ คุณแม่ก็เริ่มมีอาการไม่ดีขึ้นมาอีกอย่างรวดเร็ว ลูก ๆ จึงรีบพาท่านเข้ารับการรักษาตัวทันทีที่โรงพยาบาลเลิศสิน เมื่อวันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๒๐ และคุณแม่ก็ถึงแก่กรรม เมื่อวันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๒๐ เวลา ๐๖.๐๐ น. รวมอายุได้ ๖๖ ปี

คุณพ่อและคุณแม่เป็นผู้ที่มีใจโอบอ้อมอารี เป็นที่รักใคร่ของบรรดาญาติมิตรและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด ตลอดจนคนทั่วไปที่ได้รู้จักมักคุ้นกับท่าน และเป็นผู้ที่มีความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง ดังเช่นได้ร่วมกันตั้งมูลนิธิ "เชื้อ — สุดจิตต์ ศรทัตต์" ที่วัดราชประดิษฐ์ และได้บริจาคทรัพย์ในการทำบุญกุศลต่าง ๆ เรื่อยมามิได้ขาด เช่นถวายเงินบริจาคเป็นค่าภัตตาหารพระที่วัดเบญจมบพิตร ตลอดจนถวายที่ดินที่อยู่ติดกับถนนหน้าวัดถวายวัดบุพพาราม (ปากกะพอก) อำเภอศรีมหาโพธิ์ จังหวัดปราจีนบุรี หนึ่งแปลง

เมื่อประมาณปี พ.ศ. ๒๕๐๙ คุณแม่ได้ไปเรียนวิปัสนากัมมัฏฐานที่วัดเขาพระ อำเภอแก่งคอย จังหวัดสระบุรี เป็นเวลา ๑ เดือน ในระหว่างพรรษา และได้พาบุตรหลานไปทำบุญกุศลที่วัดนี้เรื่อยมา จึงนับว่าท่านเป็นผู้ที่มีจิตศรัทธาในพระพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง.



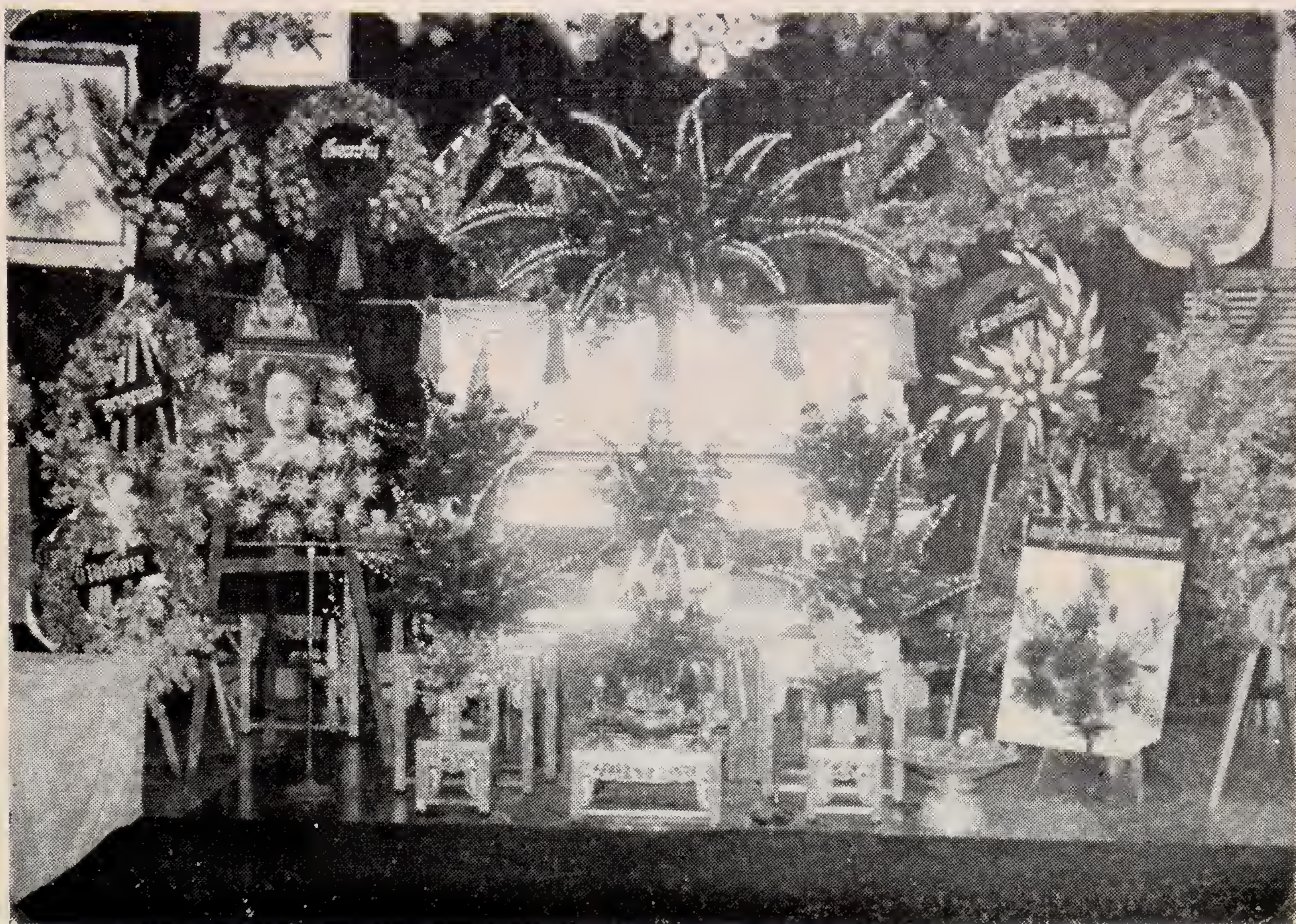
คุณพ่อเชื้อ ศรทัตต์

ตั้งศพบำเพ็ญกุศลที่วัดมกุฎกษัตริยาราม



กำหนดสวดพระอภิธรรม
นายเชื้อ [illegible]

8 ก.ย. 20	ภรรยา บุตร ธิดา
9 ก.ย. 20	คณะละออ คุณพจน์ [illegible]
10 〃 〃	บริษัท B.L.H. [illegible] ประเทศไทย
11 〃 〃	[illegible] ลูกๆ
12 〃 〃	S.G. 96 และ [illegible]
13 〃 〃	ครอบครัว [illegible] และคุณพี่เล็ก ประเสริฐราชกิจ
14 〃 〃	ครอบครัว [illegible]
[illegible]	10.30 น. พระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์ ฉันเพล
	19.00 น. แสดงพระธรรมเทศนา
	19.30 น. สวดอภิธรรม
	21.00 น. บรรจุศพ



คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์

ตั้งศพบำเพ็ญกุศลที่วัดมกุฏกษัตริยาราม



กำหนดสวดพระอภิธรรม
นางสุจิตต์ ศรีทัศน์

30 ต.ค.20 คุณพ พจน์ - คุณละออ ก่อวิรัช
31 " คุณนายสอาด ศรีสวัสดิ์เลิศ
1 พ.ย.20 เพื่อน บ. B.L.H. และ บ. MERCK SHARP & DHOME ประเทศไทย
2 " เพื่อนของลูก ๆ ที่บ้านหลัง 99, ครอบครัวคุณป้าระเบียบ แสงขำ
3 " ครอบครัวขุนประสิทธิ์จักษุกร
4 " SG.96, เพื่อนบุตรีแพทย์ศิริราช หลาน จ.ภ. ร.ร.สารพัดช่าง พระนคร
5 " ครอบครัว พล.โท ชม ศรีทัศน์ และพี่น้อง ๆ
เวลา 10.30 น. สวดมนต์ฉันเพล
" 19.00 " เทศน์
" 19.30 " สวดพระอภิธรรม
" 21.00 " บังสุกุล.

คำไว้อาลัย

แด่

โยมพี่สุดจิตต์ ศรทัต์



เมื่อเวลาประมาณ ๑๒.๓๐ น. ของวันที่ ๓๐ ต.ค. พ.ศ. ๒๕๒๐ ผู้ใหญ่จี้ จั่นสมพงษ์ มาบอกว่า คุณโยมสุดจิตต์ เสียแล้ว ที่ ร.พ. เลิศสิน รดน้ำศพเย็นวันนี้ ณ วัดมกุฏกษัตริยาราม

ซึ่งขณะนั้น อาตมางุนงงไปหมดจนพูดอะไรไม่ถูก เพราะไม่ทราบมาก่อนเลยถึงการป่วยของโยมพี่ อาตมากับผู้ใหญ่จี้พร้อมด้วยบรรดาชาวบ้านที่คุ้นเคยกับโยมพี่ ได้เช่ารถเดินทางเข้ากรุงเทพฯ ถึงวัดมกุฏกษัตริยาราม เวลา ๑๗.๓๐ น. รดน้ำศพโยมพี่แล้วฟังพระสวดอภิธรรมจนถึงเวลา ๒๒.๐๐ น. จึงได้เดินทางกลับวัด

โยมพี่สุดจิตต์ ศรทัต์ อาตมารักและนับถือเสมือนพี่สาว ได้รู้จักคุ้นเคยมานับเป็นเวลา ๒๙ ปีเศษ ทุกปีโยมพี่จะต้องออกไปบ้านนอก เป็นบ้านเกิดเมืองนอน และพาลูก ๆ ทำบุญและบังสุกุลอัฐิบรรพบุรุษ ณ วัดบุพพาราม (ปากกะพอก) และก่อนที่โยมพี่จะเสีย ก็ได้ไปอีกเป็นครั้งสุดท้าย เนื่องในงานบรรจุอัฐิ คุณสนิธ แสงขำ ซึ่งเป็นลูกผู้พี่ ในการไปครั้งหลังนี้โยมพี่ได้ถวายที่แก่วัดด้วย ๑ แปลง เป็นเขตติดต่อกับทางวัดด้านตะวันตก ซึ่งอยู่ติดต่อกับถนนใหญ่ ก่อนจะเสียได้ทราบว่าโยมพี่สั่งลูกไว้ว่า "เมื่อสิ้นบุญแม่แล้วจงนำอัฐิแม่ไปบรรจุที่ที่แม่ถวายวัดด้วย"

ปกติโยมพี่มีนิสัยพูดตรงไปตรงมา มีจิตเอื้อเฟื้ออารีอารอบแก่คนทุกคนที่ขอความช่วยเหลือ จึงเป็นที่เคารพรักของลูกหลานและญาติมิตรทั้งหลาย และเป็นผู้รอบคอบสะอาดเรียบร้อยถี่ถ้วน

เมื่อโยมพี่จากไป จึงเป็นที่อาลัยอาวรณ์เสียดาย แก่บรรดาลูกหลานและญาติมิตรโดยทั่วไป เพราะคุณพี่มีแต่สร้างความดีให้เป็นตัวอย่างแก่ลูกหลานและญาติมิตรจนตลอดชีวิต

ในโอกาสนี้ อาตมาขอตั้งจิตอธิษฐานให้ดวงวิญญาณของโยมพี่ทั้งสองโปรดได้รับทราบกุศลผลบุญที่ลูกหลานและญาติมิตร ได้ทำบุญอุทิศไปให้แล้วนี้ จงมารับกุศลผลบุญอันนี้เพื่อยังสุคติปรายิกภพตามเจตนาของลูกหลานด้วยเทอญ.

พระครูโสภณพัฒนาทร
เจ้าอาวาสวัดบุพพาราม
ปราจีนบุรี
๒๕ มี.ค. ๒๑

อาลัยคุณพ่อ - คุณแม่

การเกิดแก่เจ็บตาย ถึงแม้ว่าจะเป็นธรรมชาติที่ทุกคนตลอดจนสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายต้องประสบเป็นของธรรมดาก็ตาม ถ้าหากสิ่งที่กล่าวนี้ไม่ได้เกิดกับผู้ใดแล้ว เขาเหล่านั้นจะไม่ทราบว่ามันเจ็บปวดรวดร้าวใจขนาดไหน เมื่อผู้นั้นต้องสูญเสียผู้ที่เคยรัก บูชา มีความดีต่อกันมาตลอดจนพึ่งพาอาศัยได้ สิ่งเหล่านี้ได้เกิดขึ้นกับลูกแล้ว

๗ กันยายน ๒๕๒๐ เวลาประมาณ ๑๘.๐๐ น. ลูก ๆ ได้สูญเสียคุณพ่อ พวกเราพร้อมทั้งคุณแม่ (ซึ่งขณะนั้นท่านยังมีชีวิตอยู่) ได้รับความกระทบกระเทือนใจเป็นที่สุด วันนั้น ลูก ๆ ได้ไปเยี่ยมคุณพ่อตั้งแต่เช้าซึ่งกำลังอยู่ในห้อง I.C.U. เห็นอาการคุณพ่อยังคงปกติอยู่ คือยังไม่ยอมรับประทานอาหารเช่นเคยและให้อาหารทางสายยาง จึงจำเป็นต้องใกล้แพทย์ให้มากที่สุด และแพทย์ได้บอกกับลูกว่า พรุ่งนี้คงจะย้ายออกจากห้องนี้ได้และจะให้กลับไปอยู่ในห้องพิเศษเช่นเดิม หากอาการผิดปกติกว่านี้ก็จะให้เข้าห้อง I.C.U. ใหม่ ลูก ๆ รู้สึกดีใจเป็นที่สุด คิดว่าพรุ่งนี้ลูก ๆ จะได้อยู่ใกล้ชิดกับคุณพ่ออีกครั้งหนึ่ง

เย็นวันนั้นลูกรีบกลับบ้านมารายงานให้คุณแม่ฟัง และคิดว่าค่ำ ๆ จะมาดูคุณพ่ออีกครั้ง พอกลับถึงบ้านไม่ทันจะได้เปลี่ยนเสื้อผ้าก็ได้รับโทรศัพท์จาก ร.พ. บอกว่าคุณพ่อถึงแก่กรรมเสียแล้ว พวกเราพากันงงไปหมด ทำอะไรไม่ถูก โดยเฉพาะคุณแม่ ธรรมดาท่านเข้มแข็งมาก ลูก ๆ สังเกตเห็นหน้าซีดเผือดลงทันที น้ำตาไหล แต่กลับพูดปลอบใจลูก ๆ ว่า " ทำสติให้ดี ๆ อย่าเสียใจให้มาก พ่อตาย แม่ยังอยู่ ลูก ๆ ทุกคนก็ปรนนิบัติคุณพ่อมาอย่างดีและเต็มที่แล้ว อีกประการหนึ่งคุณพ่อก็ชรามากสุดที่หมอจะเยียวยาได้ และพวกเราก็ทราบและเตรียมใจมาก่อนแล้วว่าจะต้องสูญเสียคุณพ่อในคราวนี้แน่ ๆ " ขณะเดียวกันก็แนะนำลูกว่า ควรจะทำอะไรบ้าง ให้ลูกรีบไปจัดให้คุณพ่อให้เรียบร้อย สิ่งของที่ต้องใช้ทุกอย่างอย่าให้ขาดตกบกพร่อง ลูก ๆ จึงรีบทำตามคำสั่งของคุณแม่ทันที

คุณแม่เป็นกำลังใจให้กับลูก ๆ ให้ลูกมีจิตใจเข้มแข็งและอดทน แนะนำสั่งสอนลูกเรื่อย ๆ มามิได้ขาด ให้เป็นผู้ที่มีเหตุผลเป็นตัวของตัวเองไม่เบียดเบียนใคร จัดชีวิตทุกอย่างให้กับลูก ๆ ทุกคน เป็นต้นว่า ลูกผู้ชาย เมื่อมีครอบครัวแล้วก็ออกความคิด หาที่อยู่ให้ทั้ง ๆ ที่พวกเรามีกันน้อยคน เราพอที่จะอยู่รวมกันได้ คุณแม่ก็ไม่ยอม จัดให้แยกออกไปเพื่อจะได้เป็นตัวของตัวเองเสมอมา ทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณแม่จัด พวกลูก ๆ ทราบดีว่าอยู่ในสายตาของท่านทั้งนั้น

สำหรับลูกผู้หญิง ถ้าไม่อยากไปไหนก็อยู่ใกล้ ๆ กับคุณพ่อ — คุณแม่ และเราก็มีหลานแววอีกคนหนึ่งอยู่ใกล้ ๆ คุณปู่ — คุณย่าด้วย ไม่เคยแยกห่างจากกันไปไหนเลย เรารักกันมาก ชอบอยู่ใกล้ ๆ คุณพ่อ — คุณแม่ ถึงแม้จะอยู่บ้านอันเก่าแก่มีอายุถึง ๔๐ ปีก็ตาม เราก็อยู่กันอย่างสบาย ภาคภูมิใจ และมีความสุขเป็นที่สุด ซึ่งบางครั้งรู้สึกว่าตัวเองคล้ายกับเด็ก เคยไปค้างที่บ้านพี่วันเดียวก็คิดถึงท่านเสียแล้ว ต้องรีบกลับ อาจจะเป็นเพราะท่านทำอะไร ๆ ให้ลูกเสียทุกอย่าง บริหารการงานไม่เฉพาะแต่ในบ้าน ยังบริหารไปถึงนอกบ้านอีกด้วย ใครมีปัญหาอะไร กลุ้มใจมาจากไหน เมื่อมาเจอหน้าคุณแม่แล้ว ต่างก็หายเป็นปลิดทิ้งทันที

คุณพ่อ คุณแม่ของลูก ๆ เป็นผู้ที่มีใจโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ เมตตา กรุณาต่อทุกคนที่มาขอความช่วยเหลือ ไม่เคยเบียดเบียนใครให้เขาเดือดร้อนเลย บริหารกิจการงานทุกอย่าง ไม่เคยยอมหยุด จนติดเป็นนิสัยของท่าน ทั้ง ๆ ที่มีเด็กหลายคนช่วย คุณแม่ก็ไม่ยอมปล่อยให้ทำเองตามลำพัง ไม่ว่างานทางกรุงเทพ ฯ และต่างจังหวัด ใครมีปัญหาอะไรเมื่อมาปรึกษาหารือ คุณแม่จะคิดให้เป็นที่เรียบร้อยทุกครั้งไป นอกจากนั้น ยังชอบนำลูก ๆ ทำบุญกุศลอยู่เรื่อย ๆ ดังที่ได้กล่าวในประวัติมาแล้ว

ในระหว่างสวดพระอภิธรรมและทำบุญ ๗ วันให้คุณพ่อ วันไหนพอจะไปไหวก็ไม่ยอมหยุด ช่วยคิดในเรื่องอาหารทุกอย่างว่าควรจะทำอะไรบ้าง ถ้าสบายดีก็จะลงมือเองเพราะลูก ๆ ทำไม่ดีเท่า แม้ว่าทำเองไม่ไหวก็ยังลุกขึ้นสั่งงานได้ ลูก ๆ เตือนให้พักก็ไม่ยอมเพราะเห็นคุณแม่ซูบซีดเต็มที ตั้งแต่สูญเสียคุณพ่อเรื่อย ๆ มา คุณแม่พูดเสมอว่า แม่ไม่เป็น

อะไรสบายดีอยู่เรื่อย กลางคืนนอนไม่หลับ ลูกตื่นขึ้นมาดู ก็บอกว่า จะไม่ให้แม่ตื่นบ้างหรือ คุณแม่อดทน ปิดลูก ๆ ตลอดไม่ยอมบอกความจริงกับลูก ๆ เลย ลูกทุกคนหวาดระแวงและคอยสังเกตอาการคุณแม่ตลอดเวลา เพราะทุกคนทราบดีว่า คุณแม่มีโรคอะไรประจำตัวอยู่ พวกเราทุกคนปกปิดไม่ให้ท่านทราบ ตั้งแต่คุณพ่อเริ่มป่วยถึงแก่กรรม และระหว่างจัดงานศพให้คุณพ่อ คุณแม่ซูบลงอย่างผิดสังเกต ลูก ๆ ต่างก็นอนไม่หลับ พากันแอบร้องไห้ไม่ให้คุณแม่เห็น ส่วนคุณแม่ก็คงจะปิดลูก ๆ เช่นเดียวกัน เข้าใจว่ากลัวลูกจะเหนื่อยอีกเนื่องจากปรนนิบัติคุณพ่อมามากแล้ว

เช้าของวันที่ ๒๗ ตุลาคม ๒๕๒๐ ซึ่งเป็นวันทำบุญครบ ๕๐ วันให้คุณพ่อ คุณแม่ตื่นสายผิดปกติไม่ยอมลุกขึ้น ลูก ๆ เข้าไปดูคุณแม่ก็บอกว่าไม่เป็นอะไรอีกเช่นเคย กลับเตือนลูก ๆ ให้รีบไปวัดได้แล้ว ไปจัดเรื่องทำบุญให้คุณพ่อให้เรียบร้อย ไม่ต้องห่วงแม่ ประเดี๋ยวจะช้าไป ลูก ๆ ไม่สบายใจเลย เพราะคุณแม่ไม่เคยเป็นเช่นนี้ เมื่อวานยังสั่งงานอยู่ พวกเราปรึกษากันตลอดเวลาระหว่างทำบุญ ๕๐ วันให้คุณพ่อที่วัด จิตใจก็นึกถึงคุณแม่ที่บ้าน พี่แดงซึ่งเป็นพี่ใหญ่ก็เตือนน้อง ๆ ว่า ทำใจให้ดี ๆ เดี๋ยวเราเสร็จเรื่องคุณพ่อแล้วก็จะรีบกลับมาดูคุณแม่ จะจัดนำคุณแม่เข้าโรงพยาบาลเพื่อตรวจรักษาอีกเช่นเคย ญาติพี่น้องทุกคนที่ร่วมไปทำบุญต่างก็ถามถึงคุณแม่กันทั้งนั้น ลูกจึงเล่าให้ฟัง เสร็จจากงาน คุณน้าละออและคุณน้ามาลี ก็ออกจากวัดมาเยี่ยมคุณแม่ทันที ลูก ๆ สังเกตว่า พอคุณแม่เห็นหน้าคุณน้ารู้สึกว่าคุณแม่ดีใจเป็นพิเศษ ลุกขึ้นนั่งคุยได้ พร้อมกับพูดกับคุณน้าว่า ตอนนี้ดีขึ้นแล้วเมื่อเช้านี้ไม่ดีเลย ลูกก็ดีใจขึ้นมาอีก ขณะเดียวกันก็คุยเรื่องจะจัดงานศพให้คุณพ่อ และเรียกลูก ๆ มาบอกว่า คุณน้าจะจัดพิมพ์การ์ดให้ จะเอาจะทำอย่างไรก็ให้ปรึกษาคุณน้าทั้งสองดู (หมายถึงคุณน้าพจน์ — คุณน้าละออ ภู่อารีย์) คุณน้าทั้งสองนี้จะช่วยลูกได้ แม่ชักไม่ค่อยดีแล้ว ลูก ๆ ไม่เคยคิดเลยว่างานชิ้นสุดท้ายของคุณแม่ก็คือ จัดงานศพให้คุณพ่อ

รุ่งขึ้นวันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๒๐ คุณแม่มีอาการไม่ดีอย่างรวดเร็ว ถามคุณแม่ก็บอกไม่ถูก ได้แต่บอกว่ามันร้อนข้างในไปหมด เล่าก็ไม่ค่อยถูกเหมือนกันว่าเป็นอย่างไร ลูก ๆ จึงรีบนำคุณแม่เข้า ร.พ. ในวันนั้นทันที ไปรบกวนพี่หมอ (พ.ญ. พูนศรี วินิจฉัยกุล)

อีกเช่นเคย ตามปกติเมื่อจะนำคุณแม่เข้า ร.พ. จะต้องอ้อนวอนทุกครั้ง เพราะคุณแม่ไม่อยากไป คราวนี้ไม่ขัดเลย พอไปถึงแพทย์ก็ให้น้ำเกลือ ให้เลือดทันที รู้สึกว่าคุณแม่มีอาการดีขึ้นเล็กน้อย ยังเล่าให้คุณน้าพจน์ คุณน้าลออ ซึ่งตามไปเยี่ยมทันทีในวันนั้นว่า หลาน (แพทย์หญิงพูนศรี วินิจฉัยกุล) อยากให้มาอยู่ใกล้ ๆ ลูก ๆ จึงสบายใจขึ้น คุณแม่นอนป่วยอยู่วันเศษ ๆ เท่านั้น สิ่งที่ไม่คาดฝันมาก่อนก็เกิดขึ้นกับลูก ๆ อีกเป็นครั้งที่ ๒ ในระยะเวลาอันใกล้เคียงกัน

วันนั้น เช้าตรู่ ๖.๐๐ น. ของวันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๒๐ ลูกได้สูญเสียคุณแม่อีก ซึ่งเป็นระยะที่ใกล้กันมากที่พวกลูก ๆ ได้สูญเสียคุณพ่อ ลูก ๆ ทุกคนแทบจะไม่อยากมีชีวิตอยู่อีกเลย ได้แต่มองหน้ากัน น้ำตาไหล ลูก ๆ ผู้ชายซึ่งเคยเข้มแข็ง คราวนี้ต่างก็ยอม พวกเราน้ำตาไหลพรากเช่นเดียวกันหมด พวกเรารู้สึกว้าเหว่เหมือนขาดร่มโพธิ์ร่มไทรอันใหญ่หลวง ไม่อาจที่จะระบายความรู้สึกต่าง ๆ ได้ มาได้สติก็ต่อเมื่อนึกถึงคำพูดของคุณแม่ได้ว่า ถ้าลูก ๆ รักคุณพ่อก็จัดเตรียมทำบุญกุศลอุทิศให้คุณพ่อให้ดีที่สุดเท่าที่ลูก ๆ จะทำได้และอย่าขาดสติ แม่ก็เหมือนกัน หากแม่เป็นอะไรไปอย่าได้ตกใจ ขาดสติ จนทำอะไรไม่ได้นะลูกนะ เมื่อคิดได้จึงรีบช่วยกันจัดแจงทำทุกสิ่งทุกอย่างเหมือนอย่างที่ทำให้คุณพ่อ แบ่งหน้าที่กันไปคนละอย่าง รีบโทรศัพท์ไปกราบเรียนให้คุณน้าพจน์ คุณน้าลออ ภู่อารีย์ และพี่หมอพูนศรี วินิจฉัยกุล ทราบทันที ซึ่งพวกลูก ๆ ได้รับความช่วยเหลือเป็นอย่างดียิ่ง พอไปถึงโรงพยาบาลก็พบคุณน้าฉ่ำ นุชนาฏ และญาติพี่น้องอีกหลายคนได้ไปพร้อมหน้ากัน พวกลูก ๆ จึงได้รับความสะดวกเป็นอันมาก

สิ่งที่พวกลูก ๆ ทุกคนเสียใจมากที่สุดก็คือ ยังไม่ทันได้ปรนนิบัติคุณแม่ให้เต็มที่ดังที่ได้คิดไว้ คุณแม่ก็มาด่วนจากลูกไปอย่างรวดเร็ว โดยไม่ทำความลำบากหรือรบกวนลูกเลย ลูก ๆ ยังไม่ทันเหนื่อยสำหรับคุณแม่ การเจ็บป่วยทุกครั้งคุณแม่จะไม่รบกวนลูกทุก ๆ คนโดยไม่จำเป็น พวกเราคิดว่ายังตอบแทนพระคุณของคุณแม่ยังไม่เพียงพอ ทุก ๆ คนได้แต่กวนคุณแม่ฝ่ายเดียว โดยเฉพาะลูกจี๊ดซึ่งร่างกายไม่แข็งแรง มีโรคประจำตัวอยู่ตั้งแต่เกิดมา รู้สึกว่าต้องทำให้คุณพ่อและคุณแม่ไม่สบายใจอยู่เรื่อย เพราะต้องเข้าโรงพยาบาลเป็น

ประจำ เท่าที่นับได้ก็เกือบ ๑๐ ครั้ง คุณแม่จะอยู่ใกล้ ๆ ลูกและปรนนิบัติลูกไม่ยอมห่าง รู้จิตใจตลอดจนอาการของลูกเท่า ๆ กับหมอคนหนึ่ง จึงสามารถรักษาให้ลูกแข็งแรงและมีชีวิตอยู่ได้จนทุกวันนี้ ลูกเสียอีกไม่สามารถที่จะรักษาและปรนนิบัติคุณแม่ได้ ต่อไปนี้ลูกจะไม่ได้เห็นหน้าคุณพ่อคุณแม่อีกแล้ว

คุณพ่อและคุณแม่เป็นคนรักความสะอาดเรียบร้อยและมีระเบียบเป็นที่สุด ท่านย้ำสอนลูกอยู่เสมอว่า ให้ซื่อสัตย์ สุจริต เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ ไม่ให้ทะเยอทะยาน เอารัดเอาเปรียบผู้อื่น สิ่งสำคัญที่สุดอีกอย่างหนึ่งก็คือ ให้มีความกตัญญู กตเวที คุณพ่อเป็นคนที่เงียบขรึม พูดน้อย ถ้าใครไม่รู้จิตใจก็จะไม่ทราบว่าคุณพ่อเป็นคนใจดีเป็นที่สุด ไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับใคร ๆ ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะคุณแม่เป็นผู้บริหารงานเอง และเก่งในการงานทุกอย่าง คุณพ่อจึงปล่อยให้คุณแม่จัดทำเสียเอง

ลูกทราบดีว่าคุณพ่อและคุณแม่เป็นผู้ที่รักและห่วงลูกมาก ลูก ๆ ทุกคนขอปฏิญาณตนว่าจะดำเนินรอยตามคุณพ่อและคุณแม่ทุกอย่างให้สมตามความต้องการของท่าน เพราะความดีของคุณพ่อและคุณแม่เอง ทำให้ญาติพี่น้องทุกคนไม่ย่อท้อช่วยเหลือลูก ทำให้ลูกได้รับความอบอุ่นอีกครั้งหนึ่ง ญาติพี่น้องทุก ๆ คนที่เคยมาเยี่ยมเยียนเคารพคุณพ่อและคุณแม่เมื่อไม่มีคุณพ่อและคุณแม่ ลูก ๆ อยู่กันตามลำพัง ท่านก็อุตส่าห์มาเยี่ยมเยียน ตลอดจนมาดูแลถามถึงทุกข์สุขของพวกลูก ๆ อยู่เป็นประจำมิได้ขาด ถ้าหากดวงวิญญาณของคุณพ่อคุณแม่ได้ล่วงรู้แล้วคงจะต้องดีใจและเป็นสุขมาก ลูก ๆ ขอกราบขอบพระคุณญาติพี่น้องและเพื่อน ๆ ทุกคนที่ได้ร่วมช่วยเหลือ ตลอดจนกรุณาไปร่วมในพิธีบำเพ็ญกุศลทุกครั้ง และร่วมเป็นเจ้าภาพสวดพระอภิธรรม อุทิศส่วนกุศลให้กับคุณพ่อและคุณแม่อย่างไม่ย่อท้อ ประกอบทั้งตลอดชีวิตคุณพ่อและคุณก็ได้ประกอบกรรมดีมามากมาย จงเป็นผลดลบันดานให้ดวงวิญญาณของคุณพ่อและคุณแม่ทั้งสองที่เป็นสุดที่รักของลูก ๆ จงไปสู่สุคติในสัมปรายภพด้วย เทอญ.

ลูก ๆ ของ คุณพ่อ — คุณแม่

อาลัยคุณปู่ – คุณย่า

กราบเท้าคุณปู่คุณย่าที่เคารพรัก

ตั้งแต่คุณปู่คุณย่าจากแววไปแสนไกลที่ไม่มีวันจะพบกันอีกแล้ว แววคิดถึงคุณปู่และคุณย่ามาก แววอยากให้คุณปู่และคุณย่าอยู่ใกล้ ๆ แวว แววจะได้สบาย ต่อไปนี้ แววจะขยันเรียนหนังสือทำการงานทุกอย่างให้สะอาดเป็นระเบียบเรียบร้อยเหมือนอย่างคุณปู่และและคุณย่าสอนค่ะ

คุณปู่คุณย่าขา ทราบไหมคะว่าแววรักคุณปู่คุณย่ามากที่สุดในโลก

คุณย่าคุณปู่ อยู่กับแวว แล้วทำไม
จากแววไป ไกลจากแวว แววใจหาย
ครั้งย่าปู่ อยู่ใกล้แวว แววสบาย
แววขอให้ เป็นหลานปู่ย่า ชาติหน้าเอย.

แววขอให้ดวงวิญญาณของคุณปู่คุณย่าที่เคารพรักของแววจงไปสู่สุคติ เทอญ

หลานแวว
(ด.ญ. ภาวินี ศรทัตต์)

วินคิดถึงคุณปู่คุณย่ามาก วินจะพยายามเรียนให้เก่งเหมือนอย่างที่เคยรับรางวัลจากคุณปู่และคุณย่าครับ.

หลานวิน
(ด.ช. พีระวัฒน์)

คำนำ

วันที่ ๔ เมษายน ๒๕๒๑ วันพระราชทานเพลิงศพ นายเชื้อ ศรทัตต์ และ นางสุดจิตต์ ศรทัตต์ ณ เมรุวัดมกุฎกษัตริยาราม เวลา ๑๗.๐๐ น. ในงานนี้เจ้าภาพ คือ น.ส. นิภา นายปราโมทย์ และ น.ส. จารุณี ศรทัตต์ ผู้เป็นบุตรธิดา พร้อมด้วยญาติมิตร จะพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมบรรณาการแก่ญาติมิตรที่มาในงาน และเพื่อเป็น "อนุสรณ์" แด่คุณพ่อเชื้อ คุณแม่สุดจิตต์ ศรทัตต์ ผู้ล่วงลับไปแล้ว และธรรมะนั้นให้เป็นไปในแนวศีลธรรม หรือธรรมที่เกี่ยวกับการอบรมจิตใจ ให้สงบสว่าง ประณีต ยิ่ง ๆ ขึ้น เพราะท่านบุพการีชนทั้งสองท่านชอบธรรมที่สงบ ใฝ่หาธรรมที่สงบ ทางสงบ เป็นทุนอยู่แล้ว ได้ให้ คุณฉ่ำ นุชนาฏ ฐานะผู้เป็น อาเขย มาติดต่อขอเรื่อง "แนวทางอบรมเจริญวิปัสสนาธุระ" และจะให้เขียนให้ใหม่เพื่อเป็นหลักการและวิธีการศึกษา, การปฏิบัติธรรมะในแนว สติปัฏฐานสูตร เพราะคุณฉ่ำเองได้ศึกษาและปฏิบัติอยู่ ณ วัดราชประดิษฐ์ ฯ เสมอมาเป็นเวลานาน พอที่จะเข้าใจแนวทางปฏิบัติได้ดีพอสมควรและ พอใจ (ฉันทะ—ปสาท) ชอบใจ เลื่อมใสในแนวทางปฏิบัติทางนี้โดยตรง ซึ่งเป็นทางตรงกับ พระบาลีสติปัฏฐานสูตร สติปัฏฐานปาฐะ พร้อมทั้งอรรถะทั้งพยัญชนะ ซึ่งไม่ใช่อรรถกถาหรืออรรถกระแถออกไปนอกทาง ยักกระสายเพิ่มโน่นเติมนี่ จนลืมสภาวธรรมของเดิม ก็ได้แต่เพียงบท "บริกรรม" เท่านั้น เป็นทางแห่งความเนิ่นช้า ปปัญจธรรม

ความจริง คุณฉ่ำ นุชนาฏ ได้มาบอกไว้นานแล้ว ตั้งแต่คุณเชื้อ ศรทัตต์ สิ้นไปลาโลกนี้ไปได้ ๗ วัน ต่อมาก็คุณสุดจิตต์ ศรทัตต์ ผู้ภรรยาได้สิ้นตามไปอีก ไม่มีเวลาที่จะเขียนให้ เนื่องจากอาพาธเป็น "อัมพาตทางสมอง" ไม่ให้เขียนไม่ให้อ่าน ต้องผลัดวันประกันพรุ่งตลอดมา อาศัยที่คุณฉ่ำ ไปเร่งเร้าว่าใกล้วันงานเข้ามาเต็มทีแล้ว ก็มาเริ่มเขียนดูก็พอเขียนได้บ้างบรรทัดสองบรรทัด ก็หยุดเสียอีก เขียนหนังสือสะกดการันต์ก็ผิด ๆ เสมอ ให้เอาเรื่องเก่าไปพิมพ์ คุณฉ่ำก็ไม่ยอม จะเอาเรื่องใหม่ ตามแนวทางที่ศึกษาและปฏิบัติอยู่ขณะนี้

ต้องไปเอาเรื่องเก่ามารื้อโครงร่างใหม่ เขียนใหม่ทั้งหมด โดยเฉพาะอานาปานสติบรรพพะ ต้องเขียนใหม่ตามพระบาลีสติปัฏฐานสูตร ทั้งกาย เวทนา จิต ธรรม จนครบในความหมายทั้ง "อรรถะ" ทั้ง "พยัญชนะ" ให้ตรงกัน ไม่เหลื่อมกัน เช่นในคำว่า กาเย กายา นุปสฺสี วิหรติ การพิจารณากายในกาย นั้นอย่างไร เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม นั้นอย่างไร

เรื่องนี้ นักศึกษาธรรม นักปฏิบัติธรรม ต้องศึกษาให้รู้ให้เข้าใจความหมายพระบาลีให้เข้าใจดีก่อน ทรงจำไว้แคล่วคล่องแจ่มแจ้ง แทงตลอดได้ดีก่อน ให้ใจนั้นยอมรับสภาพธรรม คือ กาย เวทนา จิต ธรรม นี้แน่นอนก่อน ว่ากายเวทนา จิต ธรรม นี้เป็นเพียงธรรมชาติ เป็นสภาพธรรมเท่านั้น ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา อาศัยกันเกิด อาศัยปัจจัยเกิดเท่านั้นเป็น "กัมมชรูป เป็นวิปากขันธ์" เป็นผลของ "กรรมเก่า" เท่านั้น ถ้านักศึกษายังไม่รู้ ไม่เข้าใจ ผู้อบรมก็ต้องเพียรพยายามสอนอบรมให้นักศึกษาเข้าใจให้ได้ ให้วิชชา สุตมยญาณ สุตาวุธ แก่นักศึกษา เพื่อจะถอน อวิชชา ตัณหา อุปาทาน มานะทิฏฐิ ออกให้ได้ จะได้ทำความเห็นให้ตรง คลายความสงสัย (วิจิกิจฉาอวิชชา) ด้วย สุตาวุธ สุตมยปัญญา สุตญาณ และจินตามยปัญญา ด้วยการอบรมให้ชำนาญ ให้คุ้นกับธรรมชาติ กาย เวทนา จิต ธรรม นั้น จนก้าวเข้าถึงภาวนามยปัญญา นี้ต้องใช้เวลานิดหน่อย ต้องอดทนสอน อดทนอบรม ทั้งผู้อบรมทั้งผู้ถูกอบรม อย่านิพพิทา เบื่อหน่ายเสียง่ายๆ "โกสัชชะ" จะเข้าประกอบ มีกำลังนิพพิทา ม้วนเสื่อเสียง่ายๆ อบรมขันติให้เป็นตบะธรรม ทุกสิ่งทุกอย่างก็จะบรรลุหลุดพ้นความสงสัยไปได้ ถ้าอดทนได้อย่างนี้ ไปได้แน่ รอดพ้นความสงสัยได้แน่ จากการศึกษา จากการสนทนาธรรม จากการพิจารณาใคร่ครวญหาเหตุผลแน่นอนแล้ว แล้วพึงอบรมสมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา ต่อไปจนกว่าจะทำความเห็นให้ตรงเป้าหมายของภาวนามยญาณ

เมื่อศึกษาอบรมให้รู้จัก กายในกาย แล้วให้นักศึกษาพึงศึกษา กายภายในอย่างไร กายภายนอกนั้นอย่างไร ทั้งภายใน ทั้งภายนอกนั้นอย่างไร ปัจจุบันธรรมนั้นอย่างไร คือ กาย เวทนา จิต ธรรม ที่ปรากฏเป็นปัจจุบันอยู่นั้นอย่างไร ใกล้หรือไกล หยาบหรือ

ละเอียด เลวหรือประณีต อย่างไร นักศึกษาต้องรู้ทัน รู้แจ้งโดยฉับพลัน สมมุติว่า เจ้าหน้าที่จะจับโจรผู้ร้าย ผู้ก่อการร้าย นักปลุกระดมพล ถ้าไม่รู้จักชื่อหน้าตาลักษณะอาการ ของคนร้าย จะจับคนร้ายได้อย่างไร มัวสงสัยเงอะงะอยู่ คนร้ายเขาก็จะทำร้าย ทำอันตราย เอาได้ถึงชีวิต ฉันใด การศึกษาสภาวธรรมก็มีเช่นเดียวกัน เกิดขึ้นขณะไหน ดับไปขณะ ไหน ที่ไหน อารมณ์อะไร ต้องกำหนดหมายรู้ให้ทันฉับพลัน

ข้อสำคัญ กาย เวทนา จิต ธรรม มีอยู่ สติ สัมปชัญญะ เข้าไปตั้งในฐาน ธรรมนั้น ๆ หรือไม่ รู้ทันหรือไม่ เป็นเรื่องที่ควรแก่การศึกษา ใส่ใจในธรรมนั้น เป็น "เคล็ดลับสำคัญ" เพราะมาเจริญธรรม ไม่ประมาท ต้องมีสติสัมปชัญญะ โคจรรู้ให้ทัน ฉับไวด้วย จึงจะรู้แจ้งแทงตลอดได้ว่า อะไรเป็นอะไร รูปหรือนาม หรือทั้งรูปทั้งนาม จึงตรัสรู้ได้โดยฉับพลัน

วิธีปฏิบัติสมถภาวนานั้นอย่างไร วิธีปฏิบัติวิปัสสนานั้นอย่างไร ทั้งสมถะทั้ง วิปัสสนานั้นอย่างไร มีอยู่ครบในเรื่องนี้

สมถภาวนานั้นอย่างไร วิปัสสนานั้นอย่างไร

สมถภาวนานั้น ถือเอาโลกบัญญัติเป็นอารมณ์ เช่น ภาวนาปฐวีกสิณ อาโปกสิณ เตโชกสิณ เป็นต้น ภาวนาว่า ปฐวี ๆ ดิน ๆ น้ำ ๆ ไฟ ๆ เป็นต้น จนจิตนั้นสงบจาก นิวรณ์ธรรม เป็นเอกัคคตาสมาธิ จนฌาณจิตเกิด เรียกว่าสมถภาวนา ถือเอาบัญญัติ คำว่า ดิน ๆ น้ำ ๆ ไฟ ๆ ลม ๆ เป็นต้นนั้น หรือถือเอาอานาปานสติภาวนา ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ลมหายใจเข้ายาว ออกยาว ลมหายใจเข้าสั้น ออกสั้น จนจิตสงบใน อานาปานสติภาวนานั้น เป็นสมถภาวนา

ส่วน วิปัสสนาภาวนา นั้นถือเอา "ปรมัตถสภาวะ เป็นอารมณ์" ถือเอาสภาวขันธ์ อายตน ธาตุ เป็นอารมณ์ ย่อลงรูปกับนาม ขันธ์ อายตน ธาตุ ไม่ใช่บัญญัติ เป็น ปรมัตถสภาวะ ปรมัตถบัญญัติ มีจิต เจตสิกรูป เป็นเครื่องรับรอง มีเกิด มีดับ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ปรากฏมีทุกขณะจิต เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เปลี่ยนแปรไป ตั้งอยู่ไม่ได้ ทนอยู่ไม่ได้ บังคับไม่ได้ รูปนามเกิดดับ เป็นลักษณะทุกขัง ทนอยู่ไม่ได้ ตั้งอยู่ไม่ได้ นี้เป็นวิปัสสนาภาวนา ต่างกัน โดยการถือเอาเป็นอารมณ์ จำง่าย ๆ ว่า สมถะถือเอาโลกบัญญัติเป็นอารมณ์ วิปัสสนาถือเอาปรมัตถสภาวะเป็นอารมณ์

ในที่นี้ได้นำพระสูตรอันว่าด้วย อานาปานสติภาวนา หรือ สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติภาวนา ใน กิมิลสูตร กับ อิจฉานังคสูตร ในสังยุตตนิกาย มหาวรรค อานาปานสติวรรค ที่ทรงตรัสกับ ท่านพระอานนท์ และตรัสกะภิกษุทั้งหลาย เป็นสูตรที่อธิบายอานาปานสติภาวนา พร้อมทั้งข้ออุปมา ฝนตกไม่ตามฤดูกาล เพื่อระงับฝุ่น ธุลี ละอองและกองดินใหญ่ ตั้งอยู่ทางสี่แพร่ง เสมือนผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ผู้ที่เดินทางมาด้วยเกวียนหรือรถในทิศทั้ง ๔ นั้น ก็จะพบกองดินกองใหญ่นั้นเหมือนกันหมด ย่อมเข้าไปในเมือง (นิพพาน) นั้นได้เหมือนกันหมด และทรงตรัสว่า สมาธิ อันสัมปยุตด้วยอานาปานสติภาวนานั้น เป็นธรรมเครื่องอยู่ของพระอริยะ เป็นเครื่องอยู่ของพรหม เป็นเครื่องอยู่ของพระตถาคตอีกด้วย แม้พระอริยมหาสาวกผู้ใหญ่อันมีพระสารีบุตร พระมหาโมคคัลลานะ พระมหากัสสปะ ฯ เป็นต้น ก็มีอานาปานสติภาวนา เป็นธรรมเครื่องอยู่สุขในปัจจุบันทั้งสิ้น

การเขียนเรื่องนี้ก็เขียนเท่าที่เขียนได้ไม่สมบูรณ์นัก อาจมีขาดตกบกพร่อง ผิดพลาด เหลื่อมล้ำอยู่บ้าง หวังว่าจะได้รับอภัย จากท่านผู้รู้ทั้งหลาย เพราะ **อาพาธ** ทรงจำก็ไม่ติดต่อกัน กับเวลาก็มีน้อย และก็มิได้หวังว่าจะให้เป็นตำรับตำรา แต่อย่างใด เขียนเพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติ ให้ถูก ให้ตรงทาง สติปัฏฐานเท่านั้น นักศึกษา นักปฏิบัติ จะได้ศึกษาถูกทาง เดินถูกทาง ส่วนผลจะบังเกิดอย่างไร ขึ้นอยู่กับท่านผู้ปฏิบัติอบรมมากน้อยเพียงใด ปฏิบัติมากก็ได้มาก ปฏิบัติน้อยก็ได้น้อย เป็นธรรรดาหรือปฏิบัติอย่างทดลอง ก็ได้ผลอย่างทดลอง ทำเหตุอย่างใด ย่อมได้รับผลอย่างนั้น แต่ก็ไม่ไร้สารประโยชน์เสียทีเดียว คงจะมีสาระประโยชน์อยู่บ้างไม่มากก็น้อย ต่อไปจะเขียนได้หรือไม่ก็ยังไม่ทราบได้ เพราะขันธ์มันว่าไม่พึ่งจริง ๆ เท่าที่เขียนมาได้เท่านี้ก็เหลือทนแล้ว

ปัสสัมภยัง กายสังขารัง ชีวิต สังขารโลก สังขารธรรม มันไม่เที่ยงแท้แน่นอน ที่เที่ยงแน่นอนก็คือ ตาย ๆ มรณํ มรณํ หรือ มรณํ ภวิสฺสติ ความตายจักมีแก่เรา ต้องภาวนาไว้ หายใจเข้าแล้ว ไม่กลับออกมา ก็เท่านั้นแหละ หรือหายใจออกแล้ว ไม่กลับเข้าไปอีก ก็เท่านั้นแหละ เรา — ท่านทั้งหลายได้ระเบิดเวลากันมาคนละลูก เมื่อชะนวนถึงจุดแล้วก็ระเบิดตูม! ออกมา ใครจะป้องกันได้ ไม่มีเลย!! จะช้าหรือเร็วกว่ากันเท่านั้น แล้วแต่เหตุปัจจัย (กุศล — อกุศล) เท่านั้นต่างกัน

เด็กเล็ก หนุ่มสาวอาจตายก่อนคนแก่ก็ได้ คนแก่อาจตายทีหลังหรือตายก่อนเด็กเล็ก หนุ่มสาวก็ได้ ชีวิตเป็นของหาง่าย แต่ศีลธรรม (ศีล สมาธิ ปัญญา) เป็นของหายาก ด้วยเหตุนี้เราทั้งหลายควรตั้งอยู่ในความไม่ประมาท เจริญความไม่ประมาท คือ เจริญสติปัฏฐาน ๔ ให้มาก กระทำให้มากเถิด ใครจะรู้ระเบิดเวลาลูกนี้จะระเบิดขึ้นเมื่อใด ขณะใด เวลาไหน? เช้า—สาย—บ่าย—เย็น ไม่มีใครรู้ได้ ดังสองสามีภรรยาคู่นี้ คือคุณเชื้อ กับคุณสุดจิตต์ ศรทัตต์ เป็นตัวอย่าง และอีกหลายร้อยหลายพันคู่ใครจะไปก่อนไปหลัง ไม่มีใครทราบ บางที บุตรธิดา ไปก่อนมารดาบิดา นี่ลัดคิว บางทีมารดาบิดาไปก่อน นี่ไปตามคิว บางทีก็ไปทีหลัง เพราะปัจจัยไม่เสมอกัน ด้วยเหตุนี้จึงไม่ควรประมาทในชีวิต ควรจะสร้างสมบุญกุศล ความไม่ประมาท ศีลธรรมหรือศีลสมาธิปัญญาให้มากเถิด แสงสว่างชีวิตจะบังเกิดกับท่าน ตามสมควรแก่ธรรม ที่ได้อบรมมาดีแล้วด้วยความไม่ประมาท

ท่านทั้งสองได้ลาโลกนี้ไปสู่ปรโลกแล้ว ทิ้งไว้ แต่ความดีให้บุตรธิดา ญาติมิตรผู้อยู่หลังอาลัยหา นับแต่วินาทีที่ท่านทั้งสองได้จากไป บุตรธิดาและญาติมิตรได้บำเพ็ญกุศลอุทิศให้ตลอดมา จนวาระสุดถึงวัน พระราชทานเพลิง ก็ได้บำเพ็ญทานศีลภาวนา คือมีพระธรรมเทศนาแจงให้หนึ่งกัณฑ์ ตามตันติประเพณีบัณฑิตจะพึงกระทำได้ และยังได้พิมพ์หนังสือธรรมะอันเป็นทางแห่งความสงบ เป็นอนุสรณ์ ธรรมทานอีกด้วย การให้ธรรมเป็นทาน ชื่อว่าชำนะการให้ทั้งปวง บัดนี้ บุตรธิดาของท่านคือ คุณนิภา คุณปราโมทย์ และ คุณจารุณี ศรทัตต์ พร้อมด้วยญาติมิตร ได้บำเพ็ญกุศลอุทิศ ทั้ง อามิสทาน และธรรมทานให้แก่ท่านทั้งสอนผู้เป็นบุพการีชน ครบกระบวนการทั้งทาน ศีล ภาวนา ขอท่านจงได้รับส่วนบุญ ส่วนกุศล ที่บุตรธิดาของท่านพร้อมด้วยญาติมิตร เจตนาอุทิศให้ท่านจงทุกประการ ถ้ายังไม่ถึงก็ขอให้เทพยดา สัมมาทิฏฐิ องค์ใดองค์หนึ่งนำข่าวบำเพ็ญกุศลนี้ไปบอกแก่ท่านว่าบุตรธิดาของท่านพร้อมด้วยญาติมิตร ได้บำเพ็ญกุศลอุทิศให้ครบทุกประการ ขอท่านทั้งสองจงรับรู้แล้วอนุโมทนาทานในกาลครั้งนี้ด้วย เทอญ ฯ

จิตฺตรกฺโข ภิกฺขุ

ธรรมสภาวัดราชประดิษฐ์
๒๔ ก.พ. ๒๕๒๑

การฝึกสมาธิภาวนา

จิตฺตรกฺโข ภิกฺขุ

อานาปานสติภาวนา–สติปัฏฐาน

การศึกษาธรรม การศึกษาสัจจธรรมนั้น จะศึกษาที่ไหน จะรู้แจ้งสัจจธรรมที่ไหน ก็ศึกษาที่ตัวเองคือขันธ์ ๕ ที่มีอยู่ในตัวเรานี้เอง เป็นทุกข์ รูปเป็นทุกข์ เวทนาเป็นทุกข์ สัญญาเป็นทุกข์ สังขารทั้งหลายเป็นทุกข์ วิญญาณเป็นทุกข์ ดังพระราชนิพนธ์ โมกขุปายคาถา ของพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๔ ทรงพระราชนิพนธ์ไว้ว่า ปญฺจกฺขนฺธมิมํ ทุกฺขํ ขันธ์ทั้ง ๕ นี้เป็นทุกข์ ตณฺหาสมุทโย ภเว ตัณหาเป็นเหตุเกิดแห่งทุกข์ ตสฺสานิโรโธ นิพฺพานํ นิโรธคือพระนิพพานเป็นธรรมดับทุกข์ทั้งปวงดับตัณหา ดับสนิท มคฺโคอฏฺฐํคิการิโย มรรคมีองค์ ๘ เป็นปฏิปทา ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ขันธ์ ๕ ก็มีอยู่ในตัวเรา ตัณหา ๓ ก็มีอยู่ในตัวเรา มรรคมีองค์ ๘ ก็มีอยู่ในตัวเราสมบูรณ์อยู่แล้ว เพียงแต่เราศึกษาธรรมในตัวเรา (คือ จิต เจตสิก รูป) คือขันธ์ ๕ ให้รู้ให้เข้าใจ แล้วจัดระบบชีวิตเสียใหม่ให้ดำเนินไปตามทาง มัชฌิมาปฏิปทา คือมรรคมีองค์ ๘ มรรคศีล มรรคสมาธิ มรรคปัญญา เป็นผู้ดำเนิน เป็นผู้เข้าไปรู้เข้าไปเห็นขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ มรรคเข้าไปละสมุทัย มรรคเข้าไปกระทำให้แจ้งซึ่งนิโรธ เจริญมรรคให้สมบูรณ์เสพอยู่ เจริญอยู่ กระทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก สามารถแทงตลอด สัจจธรรมได้ ก็ที่ตัวของเราเอง

ก่อนอื่นเราต้องศึกษาขันธ์ ๕ ทรงจำสูตรขันธ์ ๕ ให้รู้ให้เข้าใจดีเสียก่อน เพื่อแทงตลอดธรรมนั้น คือขันธ์ทั้ง ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้ง ๕ นี้ ไม่เพียงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา แทงตลอดให้แคล่วคล่อง สติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม นี้ ก็คือขันธ์ ๕ นั้นเอง อันเป็นทางเดิน เป็นอารมณ์ของ จิต สติสัมปชัญญะ ผู้กระทำกรรมฐาน ให้รู้ให้เข้าใจเหตุผลดีเสียก่อน ว่ามีลักษณะอย่างไร ปรากฏเกิดขึ้น

ที่ไหน ขณะไหน ดับไปขณะไหน อย่างไร ต้องศึกษาสร้องเสพทรงจำให้คุ้นเคยชำนาญกับกาย เวทนา จิต ธรรม ดีแล้วจนแคล่วคล่องต้องได้สถานที่อันเป็นสัปปายให้เกิดกายวิเวก จิตตวิเวก ใต้ป่า โคนไม้ หรือเรือนร้างอันเป็นที่สงัดกาย สงัดจิต โดยเฉพาะในป่าคอนกรีต ต้องอาศัยพระอุโบสถ หรือศาลาโถง อันควรแก่กายสงบ จิตสงบ

ไม่เป็นของยากในการศึกษาตนของตนเอง

เพราะสภาพธรรมคือตนของตนมีอยู่แล้ว

ทุกท่านทราบดีอยู่แล้วว่า ทุกรูป ทุกนาม (ทุกคน) มีลมหายใจ เป็นอยู่ด้วยลมหายใจ ชีวิตมนุษย์เรามีได้ เป็นได้ อันเนื่องจากลมหายใจ มีลมก็มีเรื่องต่างๆ สิ้นลมก็สิ้นเรื่อง ถ้าไม่ศึกษา ไม่เรียนเป็นอันไม่รู้ลม ถ้าไม่ดู เป็นอันไม่เห็นลม ถ้าไม่ทำ เป็นอันไม่เป็น ทั้งๆสิ่งๆนั้นมีอยู่ เป็นอยู่ ไม่เคยศึกษาเรียนรู้ ไม่เคยดูให้เห็น ไม่เคยทำ ก็ทำไม่เป็น ส่วนมากนำเอาลมหายใจไปใช้ในทางที่ผิด นำทุกข์ นำความเดือดร้อนมาให้ตนเอง นำไปบริโภคกามเสียบ้าง นำไปเสพกามารมณ์เสียบ้าง มากต่อมาก (เพราะเกิดในกามาวจรภูมิ) เพลิดเพลินและเพลินยิ่งในกามคุณ (นนฺทิ ราค สหคตา ตตฺร ตตฺตา ภินนฺทินี) ดื่มด่ำพร่ำเพ้อถึงกามจนลืมตัวเองว่า ตัวกู ของกู ตัวกู คือใคร เป็นอะไร อยู่ที่ไหน ทำอะไรอยู่ เพราะมัวเมา ประมาท จนลืมตัว ไม่รู้สึกตัว ว่ามีลมหายใจอยู่หรือไม่ แต่ก็เอาลมหายใจนี้ไปแสวงหาทุกข์มาทับถมตัวให้มากขึ้น คือมีทุกข์อยู่แล้ว ๕ กอง ๕ ขันธ์ แต่กลับไปยินดีแสวงหาทุกข์มาเพิ่มเติมอีกเป็น ๑๐ ขันธ์ ๒๐ ขัน เพิ่มภาระให้หนักยิ่งขึ้น

เมื่อท่านทั้งหลายทราบแล้วรู้แล้วว่าลมหายใจมีจริง พึงศึกษาพึงระลึกรู้ กำหนดรู้อยู่ที่กองลมหายใจนั้นอย่างเดียวเท่านั้น อย่าไประลึกนึกถึงสิ่งอื่น, อารมณ์อื่น, ทั้งที่เป็นอดีตล่วงมาแล้ว ทั้งที่เป็นอนาคตที่ยังไม่มาถึง พึงระลึกนึกอยู่แต่เฉพาะปัจจุบันธรรม ปัจจุบันอารมณ์ซึ่งมีอยู่เป็นอยู่ขณะที่ปรากฏเกิดขึ้นและดับไปเท่านั้น ตั้งความเพียร ตั้งสติสัมปชัญญะอยู่กับกองลมหายใจเข้าหายใจออกเท่านั้น

เมื่อได้สถานที่อันเป็นสัปปายะแล้ว เริ่มฝึก เริ่มศึกษา กาย เวทนา จิต ธรรม พึงนั่งตั้งกายให้ตรงจะนั่งขัดสมาธิ หรือจะนั่งพับเพียบก็ได้ ตามสบาย แต่ต้องตั้งกายให้ตรง ดำรงสติสัมปชัญญะไว้เฉพาะหน้ากับกองลมหายใจเข้าหายใจออก ขณะที่ลมหายใจเข้า ขณะที่ลมหายใจออก มีสติสัมปชัญญะระลึกรู้ให้ทัน องค์มรรคภาวนา องค์แห่งความเพียรถึงพร้อมแล้ว คือองค์แห่งสัมมัปปธานความเพียร ๔ องค์แห่งสัมปชัญญะ ๔ องค์แห่งสติปัฏฐาน ๔ องค์แห่งสัมมาสังกัปปะ ๓ องค์แห่งสมาธิ ๕ พร้อมกับอุปการธรรมคือสติสัมปชัญญะ หิริ โอตตัปปะ ขันติ โสรัจจะธรรมให้งาม ให้กายงาม ให้จิตงาม

ขณะที่หายใจเข้า พึงตั้งความเพียร ปรารภความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้ ข่มจิตไว้ กับลมหายใจเข้า ทำความรู้สึกตัวอยู่กับกองลมหายใจเข้า มีสติตามระลึกรู้สึกตัวอยู่กับกองลมหายใจเข้าจนสุดสาย ทั้งเบื้องต้นปรากฏ ท่ามกลางยังมีลมอยู่ และที่สุดของกองลมสิ้นไปแล้วหมดไปแล้ว

ขณะที่ลมหายใจออกปรากฏ ก็พึงปฏิบัติเช่นเดียวกัน คือ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติระลึกรู้อยู่กับกองลมหายใจออกจนสุดสาย ทั้งเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุดของกองลม เพื่อระงับดับความฟุ้งซ่านต่าง ๆ ของอกุศลธรรมอันมีนิวรณ์ธรรม ๕ และอกุศลวิตกทั้ง ๓ ให้สงบระงับไป

ศึกษาฝึกให้ชำนาญแคล่วคล่อง ทำความระลึกรู้อยู่กับกองลมทั้งปวงขณะหายใจเข้าขณะหายใจออก นี้เป็นบทฝึก เป็นบทริเริ่มการศึกษาให้รู้ให้เข้าใจ ในกองลมหรือกองรูปธรรม ที่มีอยู่ เป็นอยู่ เริ่มแรกศึกษากองลมหายใจเข้า หายใจออกมีจริงหรือไม่ ถ้าปรากฏว่ามีก็พึงระลึกรู้ตัวว่ามีอยู่เท่านี้แหละ ขณะเมื่อไม่มีก็ให้รู้สึกอยู่ว่าไม่มีเท่านี้แหละ ไม่ยากลำบากอะไรเลย เมื่อธรรมชาติใดมีอยู่ ก็ให้รู้ว่าสิ่ง ๆ นี้มีอยู่ เมื่อธรรมชาตินั้นไม่มีก็ย่อมรู้ว่าสิ่ง ๆ นั้นไม่มี ให้ศึกษาด้วย สติปัญญาว่ามีกับไม่มี คำว่ามีนั้นหมายถึงปรากฏเกิดขึ้น คำว่าไม่มีนั้นหมายถึงสิ่งนั้นมันดับไป เพราะมันไม่มี เท่านี้เอง

พึงศึกษาเพียรฝึกอบรมภาวนาอยู่อย่างนี้ให้ติดต่อกันให้แคล่วคล่อง ชำนิชำนาญในการฝึกในการศึกษาให้จิตตั้งมั่นอยู่กับลมหายใจเข้า หายใจออกเท่านี้ เท่าที่มีอยู่ คือเป็นผู้มีสติทุกเมื่อ สทา สโต เป็นผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ ทุกขณะที่มีกายคือลมหายใจเข้าหายใจออก ให้กายแคล่วคล่อง ให้จิตแคล่วคล่อง เสมือนการท่องจำบทพยัญชนะ สูตรหรือสูตรคูณ จนคล่องปาก ขึ้นใจ แล้วสามารถรู้แจ้งแทงตลอดด้วย ทิฏฐิ ปัญญา ญาณ ชื่อว่า "พหุสุตบุคคล" นักศึกษาผู้มีความเพียรเพ่งอารมณ์ของภาวนามิให้คลาดเคลื่อนมีอารมณ์เดียว ขณะจิตเดียวคือ อานาปานสติภาวนา มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติอยู่ทุกเมื่อ เจริญอยู่ (ภาวิตา) กระทำให้มาก (พหุลีกตา) เสพจนคุ้น (อาเสวิตา) ในกุศลภาวนานั้น ๆ

พึงเริ่มปรารภความเพียร ตั้งสติสัมปชัญญะมนสิการไว้ด้วยดี ขณะเบื้องต้นนั้นมีลมหายใจเข้าปรากฏ ขณะที่หายใจออกปรากฏ ขณะท่ามกลางนั้นมีลมหายใจเข้า—ออก ขณะที่สุดคือความสิ้นสุดของลมหายใจ มีสติสัมปชัญญะเพ่งลมหายใจรู้สึกตัวอยู่อย่างนี้สม่ำเสมอติดต่อกัน ชื่อว่า ฝึกอบรมอานาปานสติภาวนาอยู่ ขณะที่ดำเนินปฏิบัติอยู่หรือภาวนาอยู่ อย่าได้นำบท "บริกรรมภาวนา" อื่นมาบริกรรมแทรก หรือ ยักย้ายกระสายซ้อนเข้ามา ถ้ายักกระสายแทรกซ้อนตามบริกรรมใหม่แล้ว ความรู้ความเข้าใจจะคลาดเคลื่อนไปจากความจริง คือ อานาปานสติภาวนา จักไม่รู้ของจริง ความจริงคือท่องบริกรรมเอาจะได้แต่บทบริกรรม ไม่รู้จักความจริงที่ปรากฏ คือกองลมหายใจเข้า—หายใจออก จะได้เพียงท่องจำบริกรรมภาวนาเอาเท่านั้น อันความจริงลมหายใจเข้า—ออกเกิดขึ้นดับไปตั้งนานแล้วไม่รู้ มัวหลงแต่คำบริกรรมอยู่ กรรมฐานขาดไป ทั้งลมทั้งสติสัมปชัญญะ แต่ก็ยังหลงบริกรรมอยู่

องค์ธรรมอันเป็นอุปการธรรมกันความมัวเมาทุก ๆ บท เข้า ประกอบควบคุม กาย เวทนา จิต ธรรม ก็คือ อตฺถิ กาโยติวา รูปกาย คือลมหายใจเข้า—ออกมีอยู่ สติปจฺจุปฏฺฐิตา โหติ สติเข้าไปตั้งฐานกายนี้ก็มีอยู่ รูปกายคือลมหายใจมีอยู่จริง สติเข้าไปตั้งระลึกอยู่ที่รูปกายนี้ก็ย่อมมีอยู่ด้วย รูปกายมีอยู่ สติไม่เข้าไปตั้งฐานกายก็ใช้ไม่ได้

ขณะนั้นเผลอไป ขาดสติสัมปชัญญะ กรรมฐานก็ชื่อว่าขาดไปด้วย รูปกายมีอยู่ สติสัมปชัญญะเข้าประกอบควบคุมรูปกายก็ต้องมีอยู่ด้วย กายสังขารคือลมหายใจปรากฏ สติสัมปชัญญะก็ปรากฏด้วย เป็นตัวสติปัฏฐานด้วยสตินั้นเป็นญาณด้วย

ในขณะศึกษาอยู่ ฝึกอยู่ อบรมอยู่ อย่าอยากรู้ อยากเห็นสิ่งอื่น อารมณ์อื่น แม้ญาณก็อย่าอยากได้ นั่นตัวตัณหา นอกจากรูปกายหรือ "กายสังขารเท่านั้น" (หรือเวทนา จิต ธรรม) คือกองลมหายใจเข้าหายใจออกเท่านั้น ถ้าอยากรู้อยากเห็น ตัณหาและทิฏฐิจะเข้าถือเอาได้ กุศลภาวนาที่เจริญอยู่นั้น (องค์แห่งมรรคกรรม) เพียงเพื่อเข้าไปรู้เข้าไปละ และนำออกจากตัณหามานะทิฏฐิ สติสัมปชัญญะเพียงอาศัยระลึกรู้สึกตัวอยู่จำเพาะหน้าเท่านั้น เพียงอาศัยรู้รูปนามเกิด รู้รูปนามดับไปเท่านั้น เมื่อศึกษาฝึกอบรมภาวนาได้คล่องแคล่วแล้วค่อยเลื่อนขั้น แล้วต่อไปในบทอื่น ๆ ที่ยังมีอยู่คือ อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อยเป็นต้น

สมาธิภาวนา อันสัมปยุตด้วย อานาปานสติ อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ก็จะเกิดพร้อมกับอานาปาน คือ ลมหายใจเข้าลมหายใจออกทุกขณะจิต เพราะองค์แห่งมรรคภาวนากุศล (อาตาปี สมฺปชาโน สติมา) วิเนยฺยโลเก อภิชฺฌา โทมนสฺสํ จิตขณะนั้นก็จะว่างจาก "อกุศลวิตก" คือ กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก ด้วยเหตุภิกษุเจริญกุศลวิตกอยู่คือ เนกขัมมวิตก อัพยาบาทวิตก อวิหิงสาวิตก สมาธิภาวนาขณะนั้นทำกิจสลัดออกจากกาม สลัดออกจากพยาบาท สลัดออกจากวิหิงสาชื่อว่าสลัดออกจากกาม สลัดออกจากอกุศลวิตก และนิวรณ์เป็นต้น เพราะจิตมาตั้งอยู่กับกุศลวิตก เจริญอยู่ในกุศล กระทำให้มากในกุศล สัมมาปฏิปทาทุกนาทีทุกนาที ทุกชั่วโมง มีความเป็นอยู่ชอบอย่างนี้ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติอยู่กับกาย กายสังขาร เวทนา จิต ธรรม

การศึกษาอยู่อย่างนี้ การฝึกอบรมจิตอยู่อย่างนี้ ชื่อว่า อบรมกาย อบรมศีล อบรมจิต อบรมปัญญา เพื่อความสะอาด เพื่อความบริสุทธิ์ของกาย ของศีล ของจิต ของปัญญา เป็นการเสริมสร้างบารมีธรรมให้สมบูรณ์เต็มรอบ และเป็นการอบรม อินทรีย์ ๕

พละ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ให้สมบูรณ์เสมอกัน ให้อินทรีย์นี้แก่กล้าเข้าประกอบกำกับปกครองจิตใจให้เป็นใหญ่ในกองกุศลธรรม อันเป็นการเจริญสร้างสรรพ์กุศลมรรคให้อินทรีย์แก่กล้า สามารถปกครองกายและจิตให้เป็นอยู่ชอบ กันความประมาท กันความเมา เป่าความมืดออกไปในขณะเดียวกันที่เจริญ อานาปานสติภาวนา หรือ สติปัฏฐานภาวนาอยู่นั้น วิเนยฺย โลเก กุศลมรรคภาวนานี้ได้นำ อภิชฌา คือ ความโลภเพ่งเล็งออกไปพร้อมกับ โทมนัส คือ โทสะ พยาบาท อรติ ออกไปพร้อมกันด้วย

ภิกษุศึกษาอยู่ ฝึกอยู่ อบรมอยู่ใน กุศลภาวนา คือ อาปานสติภาวนา หรือ สติปัฏฐานภาวนา อยู่อย่างนี้สม่ำเสมอ ชื่อว่าอบรมกาย อบรมศีล อบรมจิต อบรมปัญญา อยู่อย่างนี้เสมอ วินาทีผ่านไป ชั่วโมงผ่านไป สองชั่วโมงผ่านไปอย่างนี้ วันคืนผ่านไปอย่างนี้ ชื่อว่า เจริญกุศลภาวนาอยู่ มีชีวิตเป็นอยู่ชอบ อัตตสัมมาปณิธิ ตั้งตนไว้ชอบคือตั้งอยู่ในความไม่ประมาท มีความเป็นอยู่ชอบในธรรมวินัยนี้

การเจริญกุศลภาวนา อานาปานสติภาวนา สติปัฏฐานภาวนานี้เป็นการ เจริญมรรคศีล มรรคสมาธิ มรรคปัญญา เป็นการกำจัดอภิชฌาและโทมนัสพร้อมทั้งกิเลสาสวะทั้งกิเลสที่เป็นบริวาร อุปกิเลสทั้ง ๑๖ ที่มีอยู่ในขันธสันดานออกไปทีละน้อย ๆ ตามอำนาจของมรรคภาวนานั้น ๆ

ในระหว่าง อาสวะกับ มรรคภาวนา หรือบารมีธรรมอันเป็นปรมัตถบารมีนั้น ท่านเจริญธรรมอย่างไหนมาก อาสวะธรรมนำไปสู่ทุคติ บารมีธรรม อินทรีย์ธรรม มรรคธรรม นำไปสู่สุคติ และ อมตนิพพาน ท่านเจริญธรรมอะไรมาก ท่านจะเดินทางไหน เลือกเดินได้ตามชอบใจคนไทยแท้

การเจริญกุศลมรรคภาวนา อานาปานสติภาวนา สติปัฏฐานภาวนา เท่าที่แสดงออกมาโดยย่อ ๆ นี้ พอที่ท่านสาธุชนจะเข้าใจได้รู้ได้ปฏิบัติได้ พระพุทธเจ้ามิได้ตรัสสอนธรรมที่ลึลับอะไรเลย ทรงสอนสัจจธรรมอันเป็นธรรมชาติที่มีอยู่ เป็นอยู่ในปัจจุบัน คือ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ ที่มีอยู่เป็นอยู่ในโลกนี้ ทุกคนมีอยู่เป็นอยู่ เป็นธรรมธาตุ

ธรรมฐีติ ธรรมดา ๆ ธรรนิยาม ของสภาพธรรม ง่ายที่สุดก็คือลมหายใจ มีอยู่ด้วยกันทุกรูปทุกนาม อยู่ภายในตนของตนเอง กองลมหายใจนี่แหละคือ ธรรมธาตุ ธรรมฐีติ ธรรมนิยาม เพียงแต่ศึกษาให้รู้ให้เข้าใจธรรมชาติของสภาวธรรม หายใจเข้าขณะไหน หายใจออกขณะไหน มีหรือไม่มี เกิดขึ้นขณะไหน ดับไปขณะไหน ศึกษาเพียงเท่านี้ถ้ารู้เข้าใจดีแล้ว ก็ตามกำหนดรู้กองลมทั้งปวงด้วย สติและปัญญาก็จะรู้ตามเป็นจริงว่า ขันธ์ ๕ รูป–นามเป็นทุกข์ ตัณหา ๓ เป็นสมุทัย ความสละคืนสรรพสังขารทั้งปวง เป็นนิโรธดับทุกข์ ดับตัณหาทั้งปวง มรรคมีองค์ ๘ เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ อริยสัจนี้อยู่ที่ไหน

มีอยู่กับท่านทุกรูปทุกนาม

เพียงแต่ว่าศึกษากำหนดอยู่ มีหรือไม่มีเท่านั้น เมื่อลมมีก็รู้ว่ามี เมื่อลมไม่มีก็รู้แจ้งว่าไม่มี สภาพธรรมสิ่งนี้มีอยู่ ใครจะรู้หรือไม่ก็ตาม ธรรมธาตุ ธรรมฐีติ ธรรมนิยาม มีอยู่เป็นอยู่ มีลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ก็มีอยู่เป็นอยู่ เกิดแล้วก็ดับไป ต่อเมื่อศึกษาจึงรู้ ไม่ศึกษาก็ไม่รู้ เพียรเพ่งดูจึงเห็น ไม่เพียรเพ่งดูก็ไม่เห็น ฝึกทำฝึกปฏิบัติจึงเป็น ไม่ฝึกทำไม่ฝึกปฏิบัติก็ไม่เป็น คนโง่เขลา ปัญญาอ่อน ไม่ศึกษาเพื่อรู้ ผู้ฉลาดมากด้วยปัญญา เป็นนักศึกษา ฉลาดเพราะศึกษา ไม่ฉลาดเพราะไม่ศึกษา ท่านจะเป็นพาล สันดานโง่ หรือจะเป็นคนฉลาดเป็นบัณฑิต เลือกเอาได้ คนฉลาดรู้รักษาตัวรอดเป็นยอดดี จะเอาอย่างไหน

การศึกษา การได้สดับมาก ฟังมาก ก็เพื่อจะเข้าไปรู้เข้าไปเห็นของจริง ความจริงของโลก ๆ ที่มีอยู่ เป็นอยู่เท่านั้น ว่านี้เป็นธรรมธาติ นี้เป็นธรรมฐีติ นี้เป็นธรรมนิยาม จริงอันหนึ่งไม่เที่ยง จริงอันหนึ่งเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ จริงอันหนึ่งเป็นอนัตตาบังคับไม่ได้ สิ่งนี้มีก็รู้ว่ามี สิ่งนี้ไม่มีก็รู้ว่าไม่มี สภาพธรรมสิ่งนี้ไม่เที่ยง เราจะเอามาทำอะไรได้กับสรรพสิ่งที่ไม่เที่ยง ชอบหรือไม่ชอบ สรรพสิ่งนี้เป็นทุกข์ เราชอบทุกข์ไหม? สรรพสิ่งนี้เป็นอนัตตา เราชอบไหม? ศึกษาให้รู้เท่ารู้ทันเพียงแค่นี้แหละ รู้แล้วจะได้ละอัตตาตัวตนเสียได้ สลัดออกจากความไม่เที่ยง เป็นทุกข์เสียได้ จะได้พบสุข บรมสุข เป็นทางดำเนินให้

ถึงมรรค—ผล—นิพพาน นิพพานํ ปรมํ สุขํ สุขอื่นนอกจากพระนิพพานไม่มี ท่านจะเอาสุขอย่างไหน สุขในโลก ๆ เป็นสุขเพียงนิดหน่อย เหมือนยืมสุขเขามา เหมือนความฝัน สุขที่ไม่สะอาด ไม่ยั่งยืน เพียงเท่านี้ ท่านจะเอาอย่างไหน จะเอาสุขถาวร หรือจะเอาสุขที่ไม่ถาวรนิดๆ หน่อยๆ หวังว่าท่านสาธุชนพอจะเข้าใจ ขอให้มาช่วยกันสร้างสรรค์ บารมีธรรม มรรคธรรมกันเถิด ในอานาปานสติภาวนา จิตจักได้มั่นคง เพื่อสลัดออกจากอาสวธรรมให้เข้าถึงบรมสุขกันเถิด

สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติภาวนา เป็นธรรมเครื่องระงับดับความฟุ้งซ่านแห่งจิต เพื่อระงับดับร้อนใจของท่านเอง กุศลคือศีล อันสมาธิอบรมดีแล้ว ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ กุศลคือสมาธิ อันปัญญาอบรมดีแล้ว ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่ จิตอันปัญญาอบรมดีแล้ว ย่อมหลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ ท่านจะเอาอย่างไร จงสร้างกุศล เจริญกุศลภาวนาให้มากเถิดจะเป็นฝนที่ตกไม่ต้องตามฤดูกาล เพื่อระงับดับฝุ่นที่ฟุ้งนั้นให้สงบระงับไป ความสงบจะเกิดแก่ท่านเอง ฝนคือกุศลนี้ ต้องสร้าง ต้องเจริญเอาเอง สร้างเผื่อกันไม่ได้ ต้องเจริญเอาเอง

อานาปานสติภาวนา ขอให้ท่านได้ตามศึกษารายละเอียดในโอกาสต่อไป และขอให้ ฝนคือกุศลภาวนาของท่านจงเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปติดต่อกันไม่ขาดสาย เพื่อระงับดับฝุ่นคืออกุศลธรรมทั้งปวงอันมี อวิชชา ตัณหา มานะ ทิฏฐิ อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ที่ฟุ้งซ่านพล่านไปให้สงบ ระงับด้วยอำนาจกุศลมรรคภาวนาตามความปรารถนาของท่านให้สิ้นไปหมดไปพร้อมทั้งเพลิงกิเลส และเพลิงทุกข์โดยเร็วพลันเถิด.

อานาปานสติภาวนา

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อรญฺญคโต วา รุกฺขมูลคโต วา สุญฺญาคารคโต วา นิสีทติ ปลฺลงฺกํ อาภุชิตฺวา อุชุํกายํ ปณิธาย ปริมุขํ สตึ อุปฏฺฐเปตฺวา โส สโต ว อสฺสสติ สโต ปสฺสสติ.

กาย

๑. ทีฆํ วา อสฺสสนฺโต ทีฆํ อสฺสสามีติ ปชานาติ
ทีฆํ วา อสฺสสนฺโต ทีฆํ ปสฺสสามีติ ปชานาติ.

เมื่อลมหายใจเข้ายาว ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจเข้ายาว เมื่อลมหายใจออกยาว ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจออกยาว

๒. รสฺสํ วา อสฺสสนฺโต รสฺสํ อสฺสสามีติ ปชานาติ
รสฺสํ วา ปสฺสสนฺโต รสฺสํ ปสฺสสามีติ ปชานาติ.

เมื่อลมหายใจเข้าสั้น ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจเข้าสั้น เมื่อลมหายใจออกสั้น ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจออกสั้น

๓. สพฺพกายปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
สพฺพกายปฏิสํเวที ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นกายทั้งปวงที่ประพฤติเป็นไป ตลอดเวลาที่หายใจเข้า ย่อมตามเห็นกายทั้งปวงที่ประพฤติเป็นไป ตลอดเวลาที่หายใจออก

๔. ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นกายสังขารนั้นระงับเมื่อสิ้นสุดการหายใจเข้า ย่อมตามเห็นกายสังขารนั้นระงับเมื่อสิ้นสุดการหายใจออก

เวทนา

๕. ปีติปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
ปีติปฏิสํเวที ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นปีติที่ปรากฏขึ้นเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นปีติที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจออก

๖. สุขปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
สุขปฏิสํเวที ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นสุขที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นสุขที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจออก

๗. จิตฺตสงฺขารปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
จิตฺตสงฺขารปฏิสํเวที ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นจิตสังขารที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นจิตสังขารที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจออก

๘. ปสฺสมฺภยํ จิตฺตสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
ปสฺสมฺภยํ จิตฺตสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นจิตสังขารระงับขณะเมื่อสิ้นสุดการหายใจเข้า ย่อมตามเห็นจิตสังขารระงับขณะเมื่อหายใจออก

จิต

๙. จิตฺตปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ
จิตฺตปฏิสํเวที ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นจิตที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นจิตที่ปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจออก

๑๐. อภิปฺปโมทนํ จิตฺตํ อสฺสสามีติ สิกฺขติ
อภิปฺปโมทนํ จิตฺตํ ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นจิตปราโมทย์ขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นจิตปราโมทย์ขณะเมื่อหายใจออก

๑๑. สมาทหํ จิตฺตํ อสฺสสามีติ สิกฺขติ
สมาทหํ จิตฺตํ ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นจิตตั้งมั่นขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นจิตตั้งมั่นขณะเมื่อหายใจออก

๑๒. วิโมจยํ จิตฺตํ อสฺสสามีติ สิกฺขติ
วิโมจยํ จิตฺตํ ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นจิตที่ปราศจากอกุศลธรรมขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นจิตที่ปราศจากอกุศลธรรมขณะเมื่อหายใจออก

ธรรม

๑๓. อนิจฺจานุปสฺสี อสฺสสามีติ สิกฺขติ
อนิจฺจานุปสฺสี ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความไม่เที่ยงขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความไม่เที่ยงขณะเมื่อหายใจออก

๑๔. วิราคานุปสฺสี อสฺสสามีติ สิกฺขติ
วิราคานุปสฺสี ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยคลายความกำหนัดขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยคลายความกำหนัดขณะเมื่อหายใจออก

๑๕. นิโรธานุปสฺสี อสฺสสามีติ สิกฺขติ
นิโรธานุปสฺสี ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความดับขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความดับขณะเมื่อหายใจออก

๑๖. ปฏินิสฺสคฺคานุปสฺสี อสฺสสามีติ สิกฺขติ

ปฏินิสฺสคฺคานุปสฺสี ปสฺสสามีติ สิกฺขติ.

ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความสละคืนขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความสละคืนขณะเมื่อหายใจออก

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระพุทธศาสนานี้ เข้าไปยังป่าก็ดี เข้าไปยังโคนไม้ก็ดี หรือไปยังเรือนร้างที่ว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า คือ เมื่อลมหายใจเข้าย่อมมีสติ เมื่อลมหายใจออกย่อมมีสติ.

หมายเหตุ พึงตามศึกษาญาณความรู้ที่เกิดพร้อมกับลมหายใจเข้าออกทุกขณะ

ญาณ รู้สึกตัวก่อน รู้พิจารณาเฉยอยู่ รู้สึก รู้พิจารณา รู้ทัน จะได้ญาณ

จตุกะที่ ๑ รู้สึกตัวทุกขณะ จะละปาณาติบาตได้โดยเด็ดขาด

จตุกะที่ ๒ รู้สึก รู้พิจารณา จะละอทินนาทานได้โดยเด็ดขาดที่เจือด้วยปาณาติบาต

จตุกะที่ ๓ รู้สึก รู้พิจารณา รู้ทันจะละกาเมสุมิจฉาจารได้โดยเด็ดขาด หรือที่เจือด้วยปาณาติบาต—อทินนาทาน—กาเมสุมิจฉาจาร—และมุสาวาท

จตุกะที่ ๔ รู้สึก รู้พิจารณา รู้ทัน จะละมุสาวาทได้โดยเด็ดขาด หรือที่เจือด้วยปาณาติบาต—อทินนาทาน—กาเมสุมิจฉาจาร และมุสาวาท

ปัญญาที่เข้าประกอบ สุตญาณ จินตาญาณ ภาวนาญาณ

ปริญญา ๓ ญาตปริญญา ตีรณปริญญา ปหานปริญญา

สัจจญาณ กิจญาณ กตญาณ



กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

อานาปานสติปัพพะ

ภิกษุทั้งหลาย อย่างไรคือ ภิกขุย่อมตามเห็น กายในกาย อยู่เนือง ๆ

ภิกษุทั้งหลาย ภิกขุในพุทธศาสนานี้ ไปที่ป่า หรือโคนไม้ หรือเรือนร้าง พึงนั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติไว้มั่นเฉพาะหน้า ขณะหายใจเข้าย่อมมีสติตามระลึกรู้ ขณะหายใจออก ย่อมมีสติตามระลึกรู้ (กองลมเข้า—ออก)

๑. เมื่อหายใจเข้ายาว ก็ตามเห็นตลอดการหายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาว ก็ตามเห็นตลอดการหายใจออกยาว

๒. เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็ตามเห็นตลอดการหายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้น ก็ตามเห็นตลอดการหายใจออกสั้น

๓. ย่อมตามเห็นอาการของกายทั้งปวงที่ปรากฏตลอดการหายใจเข้า ย่อมตามเห็นอาการของกายทั้งปวงที่ปรากฏตลอดการหายใจออก

๔. ย่อมตามเห็นอาการที่กายสังขารระงับ คือสิ้นสุดการหายใจเข้า ย่อมตามเห็นอาการที่กายสังขารระงับ คือสิ้นสุดการหายใจออก

ภิกขุทั้งหลาย แม้ฉันใด อุปมาดัง นายช่างกลึง หรือลูกมือผู้ฉลาด เมื่อชักเชือกกลึงยาว ก็รู้ชัดว่า ชักเชือกกลึงยาว หรือชักเชือกกลึงสั้น ก็รู้ชัดว่า ชักเชือกกลึงสั้น ภิกขุทั้งหลาย ข้อนี้ก็ฉันนั้น นั่นแล ภิกษุ

๑. เมื่อหายใจเข้ายาว หายใจออกยาว ก็ตามเห็นตลอดการหายใจเข้ายาว หายใจออกยาว อยู่

๒. เมื่อหายใจเข้าสั้น—ออกสั้น ก็ตามเห็นตลอดการหายใจเข้าสั้น—หายใจออกสั้น อยู่

๓. ย่อมตามเห็นอาการของกายทั้งปวงที่ปรากฏตลอดการหายใจเข้าหายใจออกอยู่

๔. ย่อมตามเห็นอาการที่กายสังขารระงับ คือสิ้นสุดการหายใจเข้า หายใจออกอยู่

คืออย่างนี้ ภิกษุย่อมตามเห็นกายที่เป็นกายภายใน หรือย่อมตามเห็นกายที่เป็นภายนอก ย่อมตามเห็นกายที่เป็นภายในด้วย ย่อมตามเห็นกายที่เป็นภายนอกด้วย ๑ ย่อมตามเห็นความเกิดขึ้นของกายนั้นด้วย, ย่อมตามเห็นความดับของกายนั้นด้วย, ย่อมตามเห็นความเกิดขึ้นของกายนั้น, และความเสื่อมไปดับไปของกายนั้น, เป็นผู้มีสติตามระลึกรู้ขณะกายนั้นปรากฏอยู่เฉพาะหน้า แต่เพียงสักรู้ด้วยญาณ แต่เพียงสักว่ารู้ด้วยสติ ย่อมมีสันดานอันตัณหาและทิฏฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย ย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรในโลกด้วย ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมตามเห็น กายในกาย อยู่เนือง ๆ อย่างนี้แล ฯ

อธิบาย อานาปาน บั๊พพะ

สถานที่สำคัญ

การปฏิบัติกัมมัฏฐาน จะเป็นสมถะหรือวิปัสสนา ก็ตาม เรื่องสถานที่ ๆ จะใช้เป็นที่บำเพ็ญความเพียร เป็นเรื่องสำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง คือต้องหาสถานที่ ๆ ห่างไกลจากอารมณ์ยั่วยวนให้กิเลสกำเริบ และปราศจากภัยอันตรายต่าง ๆ มีป่า หรือโคนไม้ หรือเรือนร้างเป็นต้น (ป่าคอนกรีต)

อานาปาน แปลว่า การหายใจเข้า การหายใจออก พระผู้มีพระภาค ตรัสเทศนาไว้ในหมวดกายดังนี้ หมายถึงให้กำหนด รูปขันธ์ ทางกาย ทวาร ได้แก่ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง เคลื่อนไหว เต่งตึง ซึ่งเป็น โผฏฐัพพารมณ์ เป็น พหิทธรูป (รูปภายนอก) ย่อมปรากฏให้รู้ได้ง่าย เช่น เมื่อลมหายใจเข้า—มากระทบปลายจมูก หรือที่ริมฝีปากบนเย็นย่อมปรากฏ หรือหายใจออกมากระทบปลายจมูก หรือริมฝีปากบนร้อนย่อมปรากฏเป็นต้น กายปสาทรูป ส่วนที่ถูก เย็น ร้อน หรือ อ่อนแข็ง กระทบเป็น อัชฌัตติกรูป (รูปภายใน) วิญญาณจิต ทางกายที่รู้นั้นเป็น นามจิต สติ ที่ตามระลึกรู้นั้นเป็น นามเจตสิก

วิธีกำหนดสมถกรรมฐาน

ขณะแรกหายใจเข้า เย็นปรากฏ ให้ตามเห็น ความเกิดขึ้น ของความเย็นที่แรกมากระทบนั้น

ขณะกำลังหายใจเข้า จะเป็นยาวหรือสั้นก็ตาม เย็นนั้นยังปรากฏเป็นไปอยู่ ให้ตามเห็น ความตั้งอยู่ และ ความเสื่อมไป ของความเย็นนั้น

ขณะสิ้นสุดการหายใจเข้า เย็นนั้นสิ้นสุดลง ให้ตามเห็น ความดับไป ของความเย็นนั้น

ขณะแรกหายใจออก ร้อนปรากฏ ให้ตามเห็น ความเกิดขึ้น ของความร้อนที่แรกมากระทบ

ขณะกำลังหายใจออก จะเป็นยาวหรือสั้นก็ตาม ร้อนนั้นยังปรากฏเป็นไปอยู่ ให้ตามเห็น ความตั้งใจ และ ความเสื่อมไป ของความร้อนนั้น

ขณะสิ้นสุดการหายใจออก ร้อนนั้นสิ้นสุดลง ให้ตามเห็น ความดับไป ของความร้อนนั้น

คืออย่างนี้ เมื่อรูปภายในปรากฏ ให้กำหนดรู้รูปภายใน เมื่อรูปภายนอกปรากฏก็ให้กำหนดรู้รูปภายนอก ให้ตามเห็นความเกิดขึ้นของรูปนั้นด้วย ให้ตามเห็นความดับของรูปนั้นด้วย คือให้ตามเห็นตั้งแต่ แรกเกิดขึ้นและเสื่อมไป จนกระทั่งดับไปของรูปที่ปรากฏนั้น เป็นผู้มีสติตามระลึกรู้รูปที่มาปรากฏ ขณะที่เป็นอารมณ์ปัจจุบันอยู่เฉพาะหน้า เพียงแต่สักว่ารู้ด้วย ญาณ คือปัญญาสัมมาทิฏฐิ รู้จักถือเอาแต่ ปรมัตถสภาวะธรรม มาเป็นเครื่องกำหนดเพ่งให้เห็นเป็น อนิจฺจํ ไม่เที่ยง หรือ ทุกฺขํ เป็นทุกข์ หรือ อนตฺตา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา (ไม่ต้องท่องว่า เข้าอยู่ ออกอยู่ เย็นหนอ ร้อนหนอ หรือว่า นี่เป็นรูปภายในหนอ นี่เป็นรูปภายนอกหนอ ฯลฯ อันการท่อง ตามไปด้วย ดังนี้ ก็คือ เป็นการถือเอาบัญญัติธรรมของโลกมากำหนดนั้นเอง) เพียงแต่สักว่าตามรู้ด้วย สติ คือ สัมมาสติ ตามระลึกรู้อารมณ์ ที่มาปรากฏตั้งแต่แรก เกิดขึ้น ตั้งอยู่ เสื่อมไป จนถึงที่สุด ดับไป ตามที่เป็นจริงเท่านั้น เว้นเสียจากความยินดี อันเป็นเหตุให้เกิด โลภ เว้นเสียจากความยินร้าย อันเป็นเหตุให้เกิดโทสะ เว้นเสียจาก โมหะ คือไม่ถือเอาบัญญัติธรรมของโลกเป็นเครื่องกำหนด เว้นเสียจาก ทิฏฐิ ความเห็นผิด ไม่ยึดมั่น ถือมั่นในขันธ์ ๕ ว่าเป็น นิจฺจํ เที่ยง หรือ สุข เป็นสุข หรือ อตฺตา เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา

อย่างนี้คือ การตามเห็น กาย ใน กาย อยู่เนื่องๆ (อานาปานสติ)

หลักสำคัญการกำหนดลมหายใจเข้าหายใจออก

การกำหนดลมหายใจเข้าหายใจออก จะเป็น สมถะ หรือ วิปัสสนา ก็ตาม พึงกระทำ มนสิการตั้งสติไว้ ตรงตำแหน่งที่ลมหายใจกระทบให้รู้สึกความปรากฏอารมณ์ได้ชัดเจนที่สุด แต่เพียงแห่งเดียวเท่านั้น คือที่ปลายจมูก หรือที่ริมฝีปากบนตรงที่ลมหายใจกระทบ เพื่อจิตจะได้ตั้งมั่นอยู่ในที่เดียว ไม่ควรเอาสติเที่ยวตามลมหายใจเข้า หายใจออกไป ๆ มา ๆ ที่นาภี (ต้นลม) และหทัย (กลางลม) และปลายจมูก (ปลายลม) การกระทำดังนี้ จิตต้องเที่ยวเตร็จเตร่ ไป ๆ มา ๆ ไม่อยู่เป็นที่ จึงเป็นการยากที่จะให้จิตเป็นสมาธิตั้งมั่นลงได้ในที่ใดที่หนึ่ง

วิธีกำหนดสมถกรรมฐาน

ให้มีสติระลึกรู้ความเกิดขึ้น จนถึงความดับไปของลมหายใจเข้าหายใจออก ตลอดความยาวหรือสั้นของการหายใจนั้น โดยถือเอาความรู้สึก เย็น ร้อน หรือ อ่อน แข็ง ที่เกิดจากการกระทบของลมหายใจเข้าลมหายใจออก นั้นอยู่เนือง ๆ บางคนรู้สึก ร้อนและเย็น บางคนรู้สึกเหมือน มีปุยนุ่นหรือสำลีกระทบ แล้วถือเอาบัญญัติธรรมของโลกเป็นเครื่องกำหนด จนเห็นนิมิตปรากฏเป็นประดุจ ควันไฟ หรือ เมฆหมอก ผ่านเข้าผ่านออกทางช่องจมูก จะเห็นนิมิตนี้ เห็นชัดด้วยใจ ประหนึ่งเห็นด้วยตา ตอนนี้เรียกว่าได้ บริกัมมนิมิต กำหนดเพ่งนิมิตของลมหายใจนี้ต่อไปอีก ความรู้สึกเรื่องลมหายใจจะค่อยเลือน ๆ หายไปทีละน้อย ๆ จนกระทั่งเหลือแต่ความรู้สึกที่ถือเอา แต่นิมิต คือ ควันไฟ หรือ เมฆหมอก ที่ผ่านเข้าผ่านออกเท่านั้น ตอนนี้เรียกว่าได้ อุคคหนิมิต กำหนดเพ่งอุคคนิมิตนี้ต่อไปอีก ควันไฟหรือเมฆหมอกที่เห็นนั้นจะบริสุทธิ์สดใสเข้าทุกที จนกระทั่งใสประดุจแก้วที่สะอาดที่สุดฉะนั้น ตอนนี้เรียกว่าได้ ปฏิภาคนิมิต เพ่งปฏิภาคนิมิตนี้ต่อไปอีก จนกระทั่งความใสที่เห็นผ่านเข้าผ่านออกนั้นค่อย ๆ ช้าลง ๆ จนอยู่ตัว นิ่งอยู่กับที่เดียวเป็นอันดี ตอนนี้เรียกว่าได้ถึงแล้วซึ่ง อัปปนาฌาน เป็นปฐมฌาน ต่อจากนี้ไปก็ถือเอาปฏิภาคนิมิตนี้เป็นฌานครั้งต่อไป

หมั่นเข้าฌานออกฌานบ่อย ๆ เรียกว่า กีฬาฌาน หรือ ฌานกีฬา ความที่เพียรทำฌานอยู่บ่อย ๆ นี้แล สามารถเลื่อนชั้นเป็น ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ปัญจมฌานได้ เพราะความชำนาญจึงเกิดความคล่องแคล่วละองค์ฌานเบื้องต้น ๆ ได้เป็นลำดับ

เพราะฉะนั้น ท่านที่ได้ฌานแล้วปรารถนาจะเลื่อนชั้นของฌาน หรือต้องการรักษาฌานของตนไว้มิให้เสื่อม จักต้องมีความเพียรกีฬาฌานนั้นไว้บ่อย ๆ อีกอย่างหนึ่งเรียกว่าทำ วสี เพื่อให้เกิดความคล่องแคล่ว และชำนิชำนาญ อนึ่ง การเข้ายู่ใน ปฐมฌานนั้น ก็คือถือเอาปฏิภาคนิมิตอันใสบริสุทธิ์ และตั้งมั่นอยู่เป็นอันดี มิได้มีราคี หรือซัดส่ายไปมา หรือหายไปดังนี้เรียกว่า ตกจากฌานเสียแล้ว ส่วนฌานชั้นสูงขึ้นไป องค์ของญาณก็จะเปลี่ยนไป ตามลำดับชั้นของฌาน อานิสงส์แห่งการทำฌานนี้ ย่อมได้ปฏิสนธิจิตในรูปพรหมตามสมควรแก่ชั้นของฌานนั้น ๆ แต่ถ้าต้องการเป็น พระอริยบุคคล ก็ต้องกำหนด ปรมัตถสภาวะขององค์ฌานให้เป็นวิปัสสนาอีก

องค์ฌาน ๕ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกคดตา เรียกอารมณูปณิฌาน เรียกลักขณูปณิฌาน คือ กำหนดองค์ฌานทั้ง ๕ นั้น ขณะเกิดขึ้นขณะดับไปไม่เที่ยง เป็นทุกข์เป็นอนัตตาด้วย อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา อนัตตานุปัสสนา นิพพิทานุปัสสนา วิราคานุปัสสนา นิโรธานุปัสสนา ปฏินิสสัคคานุปัสสนา

ได้อธิบาย "อานาปานสติปัพพะ" โดยย่อพร้อมกับสถานที่ พร้อมกับวิธีปฏิบัติสมถภาวนาและวิปัสนาภาวนา สติปัฏฐาน กายภายใน กายภายนอกอย่างไร ตลอดถึงองค์ฌาน ลักขณูปณิฌานอันเป็นตัววิปัสนาอย่างไรมาแล้ว พอที่นักศึกษาจะเข้าใจได้ดีเท่าที่ควร ตลอดสายของอานาปานสติปัพพะ เพื่อให้เชื่อมต่อกัน แม้ในพระสูตรก็ยังมีอยู่อีกมากสูตรในพระไตรปิฎก ในปฏิสัมภิทามรรคก็มี พระสูตรอื่น ๆ ก็ยังมีอีกมากสูตร จะได้นำมารวมไว้ ณ ที่นี้ เพื่อเป็นแนวศึกษาและแนวปฏิบัติสืบต่อไป อันสมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ ทรงตรัสกะภิกษุทั้งหลาย มีท่านพระอานนท์ เป็นต้น ในกิมิลสูตร สังยุตตนิกาย มหาวรรค อานาปานสังยุต ดังต่อไปนี้

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า ดูกรอานนท์ สมาธิอันสัมปยุตด้วย อานาปานสติ อันภิกษุเจริญแล้วอย่างไร กระทำให้มากแล้วอย่างไร ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ภิกษุในธรรมวินัยนี้ อยู่ในป่าก็ดี อยู่โคนไม้ก็ดี อยู่ที่เรือนร้างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เธอมีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก ฯ ล ฯ ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความเสียสละคืน (ปฏินิสสัคคะ) ขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความสละคืน ขณะเมื่อหายใจออก ดูกรอานนท์ สมาธิอันสัมปยุตด้วย อานาปานสติ อันภิกษุเจริญแล้วอย่างนี้ กระทำให้มากแล้วอย่างนี้ ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ฯ

กายานุปัสนาสติปัฏฐาน

ดูกรอานนท์ ภิกษุเมื่อหายใจยาว ก็ย่อมตามเห็นรู้ชัดว่า หายใจเข้ายาว หรือเมื่อหายใจออกยาว ก็ตามเห็นชัดว่า หายใจออกยาว หรือเมื่อหายใจเข้าสั้น ก็ย่อมตามเห็นชัดว่า หายใจเข้าสั้น หรือขณะเมื่อหายใจออกสั้น ก็ย่อมตามเห็นรู้ชัดว่า หายใจออกสั้น (สิกขติศึกษาอยู่) ย่อมเห็นกายคือกองลมทั้งปวง (สพฺพกายปฏิสํเวที) ที่ประพฤติเป็นไปตลอดเวลาที่หายใจเข้า—ตลอดเวลาที่หายใจออก ย่อมตามเห็นกายสังขารนั้นระงับเมื่อสิ้นสุดการหายใจเข้า (ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ) ขณะเมื่อสิ้นสุดหายใจออก สมัยนั้น ภิกษุนั้นย่อมพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ (กายสังขารในส่วนกองลมหายใจเข้า—ออก) มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะเรากล่าวกายอันหนึ่งในบรรดากายทั้งหลาย ซึ่งได้แก่ลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เพราะฉะนั้นแหละอานนท์ สมัยนั้น ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร สัมปชัญญะ มีสติ พึงกำกัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ ฯ

เวทนานุปัสนาสติปัฏฐาน

ดูกรอานนท์ สมัยใด ภิกษุย่อมตามเห็น ปีติที่ปรากฏเกิดขึ้นขณะเมื่อหายใจเข้า ย่อมตามเห็น ปีติที่ปรากฏเกิดขึ้นขณะเมื่อหายใจออก (สิกขติ ย่อมศึกษา—ย่อมสำเหนียก) ย่อมตามเห็น สุขที่ปรากฏเกิดขึ้น ขณะเมื่อหายใจเข้า ขณะเมื่อหาย

ใจออก ย่อมตามเห็น จิตตสังขาร ขณะเมื่อหายใจเข้า ขณะเมื่อหายใจออก ย่อมตามเห็น จิตตสังขารระงับดับไป (ปสฺสมฺภยํ จิตฺตสงฺขารํ) ขณะเมื่อสิ้นสุดการหายใจเข้า ขณะเมื่อสิ้นสุดการหายใจออก สมัยนั้น ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น เวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้ ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะเรากล่าว**เวทนา** อันหนึ่งในบรรดาเวทนาทั้งหลาย ซึ่งได้แก่การกระทำไว้ในใจให้ดี (เข้าใจ—รู้ลักษณะอาการจิตตสังขาร) ซึ่งลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เพราะฉะนั้น แหละอานนท์ สมัยนั้น ภิกษุนั้นย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้ฯ

จิตตานุปัสนาสติปัฏฐาน

ดูกรอานนท์ ในสมัยใด ภิกษุตามเห็น จิตที่ปรากฏขึ้น ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก ย่อมตามเห็น จิตปราโมทย์ (บันเทิงจิต) ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก ย่อมตามเห็น จิตตั้งมั่น ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก ย่อมตามเห็น จิตที่ปราศจากอกุศลธรรม (วิโมจยํ จิตฺตํ) ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก (เก่าท่านใช้เปลื้องจิต หายใจเข้า—ออก) สมัยนั้น ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะเราไม่กล่าวซึ่งการเจริญ **สมาธิ** อันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ สำหรับผู้มีสติหลงลืม ไม่มีสติสัมปชัญญะ สมัยนั้นแหละอานนท์ สมัยนั้นภิกษุนั้นย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ฯ

ธรรมานุปัสนาสติปัฏฐาน

ดูกรอานนท์ สมัยใด ภิกษุตามเห็นธรรมในธรรม (สัญญา—สังขาร) นั้นๆ โดยความเป็นของไม่เที่ยงขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก (อนิจฺจานุปสฺสี) ย่อม

ตามเห็นธรรมในธรรมนั้น ๆ โดยคลายความกำหนัด (วิราคานุปสฺสี) ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก ย่อมตามเห็นธรรมในธรรมนั้น ๆ โดยความดับ (นิโรโธนุปสฺสี) ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก ย่อมตามเห็นธรรมในธรรมนั้น ๆ โดยความสละคืน (ปฏินิสฺสคฺคานุปสฺสี) ขณะเมื่อหายใจเข้า—ขณะเมื่อหายใจออก สมัยนั้น ภิกษุนั้นย่อมพิจารณา—ตามเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ เธอเห็นการละอภิชฌาและโทมนัสนั้นด้วยปัญญาจึงวางเฉยเสียได้เป็นอย่างดี เพราะฉะนั้นแหละอานนท์ สมัยนั้น ภิกษุนั้นย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ฯ

ข้ออุปมา

ดูกรอานนท์ เปรียบเหมือนมีกองดินใหญ่อยู่ที่หนทางใหญ่ ๔ แพร่ง ถ้าเกวียนหรือรถผ่านมาทางทิศบูรพา ย่อมกระทบกองดินนั้น ถ้าผ่านมาในทิศปัจจิม ทิศอุดร ทิศทักษิณ ก็ย่อมกระทบกองดินนั้นเหมือนกัน ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน เมื่อพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ ย่อมกำจัดอกุศลธรรมอันลามกนั้นเสียได้

(จากกิมิลสูตร สังยุตตนิกาย มหาวรรค อานาปานสติสังยุต)

ได้นำ กิมิลสูตร สังยุตตนิกาย มหาวรรค อานาปานสติสังยุต มารวมไว้ในที่นี้เพื่อ "ไขความอานาปานบัพพะ" หรืออธิบายอานาปานบัพพะ เป็นพระพุทธฎีกาของพระผู้มีพระภาคโดยเฉพาะ เพราะสติปัฏฐาน ๔ โดยเฉพาะอานาปานสติ ทรงแสดงไว้มากในพระไตรปิฎกทั้งโดยย่อและโดยพิศดาร เพื่อหลีกเลี่ยงในการอธิบายเอาเองโดยอัตตโนมัติ ยักกระสายเอาเองสู้ขนานเดิมขนานแท้ของพระพุทธองค์ไม่ได้ เพื่อสาธุชนนักศึกษาธรรม จะได้ทรงไว้แล้วนำไปปฏิบัติ ให้ถูกทางและให้ถูกธรรม ตามทำนองคลองแห่งธรรม เพื่อไม่เป็นการเนิ่นช้า

ธรรมระงับดับฝุ่น—ธุลี—ละออง

ดูกรภิกษุทั้งหลาย สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสตินี้แล อันภิกษุเจริญแล้วกระทำให้มากแล้ว เป็นสภาพสงบ ประณีต ชื่นใจ เป็นเครื่องอยู่เป็นสุข และยังอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้วให้อันตรธานสงบไป โดยพลัน ฯ

ข้ออุปมา

ดูกรภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือน ธุลีและละอองที่ฟุ้งขึ้น ในเดือนท้ายฤดูร้อน ฝนใหญ่ (กุศลภาวนา) ในสมัยมิใช่กาล ย่อมยังธุลีและละอองนั้นให้อันตรธาน สงบไปโดยพลัน ฉันใด สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว เป็นสภาพสงบ ประณีต ชื่นใจ เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุข และยังอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว ๆ ให้อันตรธานสงบไปโดยพลันฉันนั้นเหมือนกัน ฯ

(เวสาลีสูตร สังยุตตนิกาย มหาวรรค อานาปานวรรค)

อกุศลธรรมทั้งปวง ราคะ โทสะ โมหะ อภิชฌา โทสะพยาบาท อุปนาหะ มักขะ ปลาสะ มายา สาเถยยะ ปมาทะ มานะ อติมานะฯ นิวรณ์ ๕ อาสวะ ๓ โอฆะ ๔ ทุจริต ๓ เป็นต้น เป็นฝุ่น เป็นธุลี เป็นละออง เป็นเพลิงกิเลส เป็นเพลิงทุกข์ เป็นเหตุแห่งทุกข์ ทำให้โลก รูปโลก อรูปโลก ให้เป็นทุกข์เดือดร้อน วุ่นวาย ทำให้กามโลก ขันธโลกมืดมนอน ธ การ บีดบัง ปัญญาญาณ มิให้สัตว์ทั้งหลายรู้สัจจธรรมความจริงได้ เสมือนฝุ่นธุลีละออง ที่ฟุ้งขึ้นในท้ายฤดูร้อน เป็นหมอกมืดมัวไปหมด เป็นทะเลฝุ่น ใครเป็นผู้เดือดร้อน วุ่นวาย เป็นทุกข์ ปุถุชน ผู้ไม่ได้ศึกษาเหตุแห่งธรรมนั้นเอง เป็นทุกข์ เดือดร้อน วุ่นวาย

ฝนใหญ่ในสมัย

ฝนคือกุศลธรรมทั้งปวง โดยเฉพาะ กุศล มรรคภาวนา หรือ สมาธิภาวนา อันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ อันบุคคลเจริญแล้ว ภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว อันประกอบด้วย สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรคมีองค์ ๘ เป็นสภาพธรรมสงบ ประณีต ชื่นใจ เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุข และยังอกุศลธรรมอันลามก—(ฝุ่น ธุลี ละออง) ที่บังเกิดขึ้นแล้วๆ ให้อันตรธานสงบไป โดยพลันฯ

ฝนใหญ่คือกุศลมรรคภาวนานี้ ท่านต้องฝึกกระทำปฏิบัติเอาด้วยตนเอง ใครจะกระทำให้ใครไม่ได้ ไม่ใช่ฝนพระราชทาน พระราชทานให้ใครไม่ได้ ต้องเจริญเอาเอง ต้องกระทำเอาเองให้มาก ๆ ฝนคือกุศลภาวนาจึงจะบังเกิดขึ้นได้ จึงจะระงับดับฝุ่นธุลีละออง อกุศลวิตกทั้งปวงจึงสงบระงับไป ด้วยเจริญสมาธิภาวนาอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ ขอให้ท่านสาธุชนจงประกอบความเพียรกุศลภาวนายังฝนใหญ่ให้บังเกิดกับตัวท่านเองเถิด

วิหารธรรม—ธรรมเป็นเครื่องอยู่เป็นสุข

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเมื่อจะกล่าวถึงสิ่งใดโดยชอบพึงกล่าวถึงสิ่งนั้นว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระอริยะบ้าง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหมบ้าง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระตถาคตบ้าง ดังนี้ พึงกล่าวถึง สมาธิอันสัมปยุตด้วย อานาปานสติว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระอริยะบ้าง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหมบ้าง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระคถาคตบ้าง ภิกษุใดเป็นเสขะ ยังไม่บรรลุอรหัตผล ย่อมปรารถนาเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยมอยู่ สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ อันภิกษุเหล่านั้นเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อสิ้นอาสวะ ฯ

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเหล่าใดเป็นพระอรหันตขีณาสพอยู่จบพรหมจรรย์ มีกิจที่ควรทำ ทำเสร็จแล้ว ปลงภาระได้แล้ว บรรลุประโยชน์ตนแล้วโดยลำดับ สิ้นสังโยชน์เครื่องนำไปสู่ภพแล้ว หลุดพ้นแล้ว เพราะรู้โดยชอบ สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติ อันภิกษุเหล่านั้นเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความอยู่เป็นสุขในปัจจุบันและเพื่อสติสัมปชัญญะ ฯ

ดูกร ภิกษุทั้งหลาย ก็ภิกษุเมื่อจะกล่าวถึงสิ่งใดโดยชอบ พึงกล่าวถึงสิ่งนั้นว่า ธรรมเครื่องอยู่ของพระอริยะบ้าง ธรรมเครื่องอยู่ของพรหมบ้าง ธรรมเครื่องอยู่ของพระตถาคตบ้าง ดังนี้ พึงกล่าวถึงสมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระอริยะบ้าง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหมบ้าง ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพระตถาคตบ้าง ฯ

(อิจฉานังคสูตร สังยุตตนิกาย มหาวรรค อานาปานวรรค)

อานาปานสติภาวนา อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นทั้งฝนใหญ่ในฤดูแล้ง ระงับดับฝุ่นธุลีละอองให้สงบระงับลง เป็นทั้งวิหารธรรม ธรรมเป็นเครื่องอยู่สุขในปัจจุบันเป็นไปเพื่อญาณทัสนะ เป็นไปเพื่อสติสัมปชัญญะ เป็นไปเพื่อสิ้นอาสวะ นี่แหละเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ ไม่มีที่พึ่งอื่นยิ่งไปกว่าในปัจจุบัน และในวาระสุดท้ายชีวิตของท่าน ขอให้ท่านทั้งหลายเริ่มศึกษา **สติปัฏฐาน ๔** เถิด ศึกษาเข้าใจดีแล้วพึงรีบเดินทางสายนี้เท่านั้น เป็นทางบริสุทธิ์หมดจดของสัตว์ทั้งหลายเพื่อก้าวล่วงโสกะปริเทวะเสียได้ ดับทุกข์โทมนัสเสียได้ กระทำ **ญายธรรม** ให้บังเกิดขึ้น และกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

การศึกษา "**สติปัฏฐาน ๔**" พึงศึกษาให้เข้าใจให้รู้แจ้งแทงตลอด ทั้งอรรถะ รู้ความหมายรู้เนื้อความ และทั้งพยัญชนะ คือ ตัวอักษร อ่านอักษรพร้อมทั้งเนื้อความ ความหมายให้อ่านออก มิใช่เพียงอ่านได้เท่านั้น บางท่านอ่านได้ แต่อ่านไม่ออก ไม่รู้เนื้อความ ไม่รู้ความหมายว่าท่านหมายความว่ากระไร เช่นคำว่า กาเย กายา นุปสฺสี วิหรติ อาตาปี สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺยโลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ อ่านตามตัวอักษรได้ แต่ไม่รู้เนื้อความว่าท่านหมายความว่ากระไร ต้องศึกษาจากผู้รู้ครูบาอาจารย์ที่ท่านรู้ท่านเข้าใจ อรรถะ พยัญชนะทั้งปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ถ้าไม่เรียนก็ไม่รู้ ถ้าไม่ดูก็ไม่เห็น ถ้าไม่ทำก็ไม่เป็น ต้องเรียนให้รู้ ต้องดูให้เห็น ต้องทำให้เป็น คืออ่านได้ด้วย อ่านออกด้วย และทำได้ด้วย รู้เห็นตามสภาวธรรมด้วย จึงชื่อว่านักศึกษาที่ดีในพระศาสนา เพื่อบริสุทธิ์บริบูรณ์ทั้งอรรถะ ทั้งพยัญชนะ ทั้งพรหมจรรย์ด้วย

หรือถ้าอ่านไม่ได้อ่านไม่ออก ก็ให้รู้ความหมายของคำนั้น ๆ ให้รู้ความหมายคำว่า กาเย กายา นุปสฺสี วิหรติ ภิกษุตามเห็นกายในกายอยู่เนือง ๆ อย่างนี้ก็พอใช้ได้ รู้กายส่วนไหน ความเพียร สติสัมปชัญญะ ตามเห็นกายในกายส่วนอื่น ส่วนเดินส่วนนั่งอยู่เนือง ๆ ถ้าอย่างนี้ใช้ได้ ต้องศึกษาไต่ถาม ฝึกอบรมกายอยู่เนือง ๆ สม่ำเสมอ สังกัปปะ นำอภิชฌาและโทมนัสออกจากโลกเสียได้

สติปัฏฐาน ๔

กายานุปัสนาสติปัฏฐาน ๑ เวทนานุปัสนาสติปัฏฐาน ๑ จิตตานุปัสนาสติปัฏฐาน ๑ ธัมมานุปัสนาสติปัฏฐาน ๑ มีความเพียร (อาตาปี สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺยโลเก อภิชฺฌา โทมนสฺสํ) ความเพียรประคองจิตไว้สติเป็นธรรมเครื่องกั้นกันกระแส ตัณหา ปัญญาเป็นธรรมตัดกระแส ตัณหา ให้ขาดลงด้วยอนุปัสนาญาณ ๗ วิปัสนาญาณ ๙—๑๖ ด้วยมรรคญาณ ๔ ผลญาณ ๔

อนุปัสสนาญาณ ๗

๑.	อนิจจานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามไม่เที่ยง
๒.	ทุกขานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามเป็นทุกข์
๓.	อนัตตานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามเป็นอนัตตา
๔.	นิพพิทานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามน่าเบื่อหน่าย
๕.	วิราคานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามแล้วคลายความกำหนัด—ยินดี
๖.	นิโรธานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามดับไปไม่เหลือ—หรือดับรูปนาม
๗.	ปฏินิสสัคคานุปัสสนาญาณ	ปัญญาเห็น รูปนามสละคืน—สละคืนรูปนาม

วิปัสสนาญาณ ๙—๑๖

๑.	นามรูปปริจเฉทญาณ	ปัญญารู้ว่าเป็นนามเป็นรูปไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตน
๒.	ปัจจยปริคหญาณ	ปัญญารู้ปัจจัยที่ทำให้เกิดรูปนาม
๓.	สัมมสนญาณ	ปัญญารู้ความไม่เที่ยงของรูปนามฯ เสมอกัน
๔.	อุทยัพพยญาณ	ปัญญารู้ความเกิดขึ้นและดับไปของรูปนาม

๕.	ภังคญาณ	ปัญญารู้ความดับไปของรูปนาม
๖.	ภยญาณ	ปัญญารู้ว่ารูปนามเป็นภัยที่น่ากลัว
๗.	อาทีนวญาณ	ปัญญารู้โทษของรูปนาม
๘.	นิพพิทาญาณ	ปัญญารู้สึกเบื่อหน่ายรูปนาม — ไม่น่ารัก — น่าพอใจ
๙.	มุญจิตุกัมยตาญาณ	ปัญญารู้รูปนามแล้วใคร่จะพ้นไปจากรูปนาม
๑๐.	ปฏิสังขาญาณ	ปัญญารู้ธรรมอันเป็นเครื่องทำให้พ้นจากรูปนาม
๑๑.	สังขารุเปกขาญาณ	ปัญญารู้แล้ววางเฉยในรูปนาม ไม่ยินดียินร้ายรูปนาม
๑๒.	อนุโลมญาณ	ปัญญารู้ธรรมที่จะอนุโลมให้เห็นอริยสัจจธรรม ๔
๑๓.	โคตรภูญาณ	ปัญญารู้นิพพานเป็นอารมณ์
๑๔.	มัคคญาณ	ปัญญารู้นิพพานได้นิพพานเป็นอารมณ์
๑๕.	ผลญาณ	ปัญญารู้นิพพานได้เสวยผลนิพพานเป็นอารมณ์
๑๖.	ปัจจเวกขณญาณ	ปัญญารู้ มรรค ผล นิพพานกิเลสที่ละแล้ว และกิเลสที่ยังเหลือ

มรรค ๔ — ผล ๔

๑.	โสดาปัตติมัคคญาณ	โสดาปัตติผลญาณ
๒.	สกทาคามิมัคคญาณ	สกทาคามิผลญาณ
๓.	อนาคามิมัคคญาณ	อนาคามิผลญาณ
๔.	อรหัตตมัคคญาณ	อรหัตตผลญาณ

รูปฌาน ๔

๑. ปฐมฌาน มีองค์ ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา
๒. ทุติยฌาน มีองค์ ๓ คือ ปีติ สุข เอกัคคตา
๓. ตติยฌาน มีองค์ ๒ คือ สุข กับ เอกัคคตา
๔. จตุตถฌาน มีองค์ ๒ คือ สุข กับ อุเบกขา

อรูปฌาน ๔

๑. อากาสาปัญจายตนฌาน ๒. วิญญาณัญจายตนฌาน
๓. อากิญจัญญายตนฌาน ๔. เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน

เป็นอารมณ์—เป็นที่ตั้งสติ

กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์เป็นที่ตั้งของสติปัฏฐานภาวนา กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์สติปัฏฐาน มายืนให้รู้มายืนให้เห็น มายืนให้พิสูจน์ มายืนให้บรรลุ

สติปัฏฐานภาวนานั้นแหละ เป็นผู้รู้ เป็นผู้เห็น เป็นผู้พิสูจน์ เป็นผู้บรรลุเป้าหมายวิปัสสนาญาณ มิใช่ภิกษุสามเณรอุบาสกอุบาสิกาชาย—หญิง กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นอารมณ์เป็นตัวกัมมัฏฐาน สติสัมปชัญญะ เป็นองค์ธรรม ทำกัมมัฏฐาน เข้าไปรู้ เข้าไปเห็น เข้าไปพิสูจน์ เข้าไปบรรลุ ว่านี้กายนะ นี้ความบังเกิดขึ้นแห่งกายนะ นี้ความดับไปแห่งกายนะ กายนี้มิได้เป็นเรา เรามิได้เป็นกาย กายมิได้มีในเรา เรามิได้มีในกาย แม้เวทนา จิต ธรรม ก็มีนัยเช่นเดียวกัน เป็นเพียงสภาพธรรมเท่านั้น เป็นเพียง ธรรมธาตุ ธรรมฐิติ ธรรมนิยาม เท่านั้น ที่ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นเรา เป็นของเรา เป็นอัตตาตัวตนนั้น ตัณหา อุปาทาน มานะ ทิฏฐิ ที่เข้าไปยึดถือเอาว่าเป็นเรา เป็นของเรา เป็นอัตตาตัวตน ว่าเราแก่ เราเจ็บ เราตาย ถ้าเป็นเรา เป็นของเรา อัตตาตัวตนแล้วไซร้ก็คงจะบังคับได้ อย่าแก่ อย่าเจ็บ อย่าตายนะ แต่ กาย เวทนา จิต ธรรม

นี้เป็น อนัตตา บังคับไม่ได้ รูปนามนี้เกิดเพราะเหตุปัจจัย เมื่อสิ้นเหตุปัจจัย ก็ดับไปตามเหตุปัจจัย รูปนามนี้จึงไม่เป็นเรา ไม่เป็นของเรา ไม่ใช่อัตตาตัวตนของเรา สติปัฏฐานภาวนา เข้าไปกำหนดรู้ กำหนดตามความเป็นจริงอยู่อย่างนี้ว่า มีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา และสภาพธรรมทั้งปวงนี้มีความดับไปเป็นธรรมดา เป็นธรรมธาตุ ธรรมฐิติ ธรรมนิยาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา นี้เป็นสภาพความจริงของรูปขันธ์ นามขันธ์ รูปโลก นามโลก ประพฤติเป็นไปอย่างนี้ ใครจะรู้ หรือไม่รู้ก็ตาม ใครจะเห็นหรือไม่เห็นก็ตามสภาพธรรมนี้ก็มีอยู่เป็นอยู่อย่างนี้ มายืนให้สติปัญญารู้ มายืนให้สติปัญญาเห็น ด้วยเหตุนี้ กาย เวทนา จิต ธรรม นี้จึงเป็นอารมณ์เป็นที่ตั้งของสติปัฏฐานภาวนา

สติปัฏฐาน สติเป็นที่ตั้งฐานของกาย ของเวทนา ของจิต ของธรรม องค์ธรรมหรือองค์แห่ง "มรรคภาวนา" ประกอบพร้อมกันนั้นคือ อาตาปี คือ สัมมัปปธานความเพียร ๔ สัมปชาโน คือ สัปมาทิฏฐิ ๔ สติมา คือ ตัว สัมมาสติ ๔ วิเนยฺยโลเก สัมมาสังกัปปะดำริตรึก วิตก กุศลวิตก ๓ นำอภิชฌา โทมนัสออกจากโลกเสียได้ ซึ่งเป็นองค์ธรรมกุศลมรรคภาวนา เกิดพร้อม เกิดร่วมกับสติปัฏฐานภาวนาทั้งนั้น อตฺถิกาโยติวา กายนี้มีอยู่นะ สติปจฺจุปฏฺฐิตาโหติ สติเข้าไปตั้งฐานกายนี้ก็มี คือระลึกรู้สึกตัวเองอยู่ในฐานกายนั่นก็มีอยู่ สติและญาณก็เพียงอาศัยระลึก อาศัยรู้ด้วยญาณเท่านั้น กายมีอยู่ก็ระลึกรู้ว่ากายนี้มีอยู่คือปรากฏเกิดขึ้น กายนี้ไม่มีคือดับไปก็ย่อมระลึกรู้ว่ากายนี้ไม่มีดับไป รู้เพียงเกิดขึ้นกับดับไปเท่านี้ ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ตามลักษณะสภาพธรรมที่อาศัยปัจจัยเกิดคือ สังขตธรรม มีความเกิดขึ้นมีความดับไปเป็นธรรมดา ๆ อย่างนี้

สติปัฏฐาน ๔ ทรงเปรียบกองดินใหญ่อยู่ที่ทาง ๔ แพร่ง ผู้มาทางทิศเหนือก็จะพบกองดินนี้ มาทางใต้ ทางทิศตะวันออก ทิศตะวันตก ก็จะพบกองดินใหญ่กองนี้ ฉันใด ผู้เดินทางสติปัฏฐาน ๔ ทางใดทางหนึ่งก็จะถึงความบริสุทธิ์ ถึงพระนิพพานได้ฉันนั้นเหมือนกัน สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางให้ถึง ฌาน วิโมกข์ สมาบัติ มรรค ผลนิพพานได้

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หมวด กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านจัดไว้ ๑๔ บรรพะด้วยกัน อันได้แก่ อานาปาน บรรพะ อิริยาบถ บรรพะ สัมปชัญญะ บรรพะ อิริยาบถย่อยทั้งหมด ปฏิกูล บรรพะ ธาตุ บรรพะ อสุภะ บรรพะ นี้เพียงหมวดกาย หมวดเดียวท่านยังแบ่งไว้เป็นหลายบรรพะ เราต้องศึกษาให้รู้ให้เข้าใจ ทั้งอรรถะ ทั้งพยัญชนะ ทั้งข้อปฏิบัติ วิธีปฏิบัติ และผลของการปฏิบัตินั้นอย่างไร ข้อปฏิบัติอย่างไร วิธีปฏิบัตินั้นอย่างไร โดยเฉพาะ "อานาปาน บรรพะ" ท่านใช้คำว่า สิกฺขติ ศึกษาอยู่สำเหนียกอยู่กับกองลมทั้งปวงด้วยความเพียรสติปัญญา ส่วน "อิริยาบถบรรพะ" ท่านใช้คำว่า ปชานาติ ระลึกรู้สึกตัวอยู่ในอิริยาบถน้อยใหญ่นั้น ๆ ปฏิกูลก็ดี ธาตุบรรพะก็ดีอสุภบรรพะก็ดี ท่านใช้คำว่า ปัจจเวกขติ ทั้งหมดนี้ต้องศึกษาให้เข้าใจก่อนทั้งนั้นอย่าให้สับสนปนเปกันไป เพื่อให้ตรงเป้าหมายวัตถุอารมณ์หรือความมุ่งหมายของแต่ละบรรพะ ๆ นี้เป็นสิ่งสำคัญ จึงขอเตือนแนะนำนักศึกษาและปฏิบัติตามธรรมไว้ มิใช่ส่องบาตรกันเสียเรื่อย โดยไม่รู้เหตุผลของการศึกษา และของการปฏิบัติ

สติปัญญานั้น มีหลายอย่างหลายชนิดด้วยกัน ต้องใช้สติปัญญาให้ถูกกาล ถูกกับวัตถุและอารมณ์ให้สมควรแก่หน้าที่การงานที่ต้องกระทำในกิจนั้น ๆ จึงจะสัมฤทธิผลด้วยดีฉับพลัน ไม่เนิ่นช้า เสมือนมีด มีหลายอย่างหลายชนิดด้วยกัน อันมีมีดโกน มีผ่าตัด มีดหั่นเนื้อ หั่นผัก หั่นผลไม้ มีดตัดไม้ หั่นไม้เนื้ออ่อน เนื้อแข็ง มีดโกนสำหรับใช้โกนผม โกนหนวด มีดผ่าตัดใช้สำหรับผ่าตัด มีดสำหรับใช้หั่นเนื้อ หั่นผัก หั่นผลไม้ ก็ใช้ให้ถูกกับหน้าที่วัตถุที่ต้องใช้ มิใช่จะเอาไปใช้สับสนกันคนละวัตถุอารมณ์ มีดโกนมิใช่จะเอาไปหั่นไม้ พันไม้ มีดบังตอสำหรับพันขาหมูไปใช้โกนผมโกนหนวดหรือผ่าตัดก็หามิได้ มีดสำหรับพันไม้หั่นไม้ก็ใช้ให้ถูกกับวัตถุนั้น ๆ มิใช่จะนำไปใช้กับวัตถุที่ไม่สมควรใช้ สติปัญญาก็มีนัยเช่นเดียวกัน ต้องใช้ให้ถูกกับวัตถุอารมณ์ มิใช่จะใช้ดะใช้ดายไปให้สมควรกับหน้าที่วัตถุและอารมณ์ที่จะต้องรู้ ต้องศึกษา กิจนั้นจึงจะสัมฤทธิผลฉับพลันด้วยดี ไม่เนิ่นช้า ก็ฉันนั้นเหมือนกัน

สติปัญญาศึกษาขั้นอนุบาล เบื้องต้นนั้นอย่างหนึ่ง สติปัญญาขั้นปฐมนั้นอีกอย่างหนึ่ง สติปัญญาขั้นมัธยมนั้นอีกอย่างหนึ่ง สติปัญญาขั้นเตรียมอุดม และขั้นอุดมนั้นอีกอย่างหนึ่ง แต่ละชั้นแต่ละภูมิก็ต้องมีสติปัญญาตามชั้นภูมิของเขา ก็สติปัญญาเหมือนกัน แต่คนละชั้น คนละภูมิ ใช้สติปัญญาให้ถูกชั้นให้ถูกภูมิของเขา

อิธ ภิกฺขุ กาเย กายา นุปสฺสีวิหรติ. อาตาปี สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺยโลเก อภิชฺฌา โทมนสฺสํ

ภิกษุตามเห็นกายในกายอยู่เนือง ๆ บ่อย ๆ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ นำอภิชฌาและโทมนัสออกจากโลกเสียได้

อชฺฌตฺตํ วา กาเย กายา นุปสฺสีวิหรติ ภิกษุตามเห็นกายในกาย ภายในของตนอยู่เนืองๆ บ่อยๆ อาตาปี สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺยโลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ นำอภิชฌาและโทมนัสออกจากโลกเสียได้

พหิทฺธา วา กาเย กายา นุปสฺสี วิหรติ.

ย่อมตามเห็นธรรมคือกายในกาย ภายนอก (ผู้อื่น) อยู่เนือง ๆ

(เพราะรู้ว่ากายภายในมีอยู่ กายภายนอกก็ย่อมมี)

อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา กาเย กายา นุปสฺสี วิหรติ.

ย่อมตามเห็นธรรมคือกายทั้งภายใน ทั้งภายนอกปรากฏ ย่อมตามเห็นกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่

สมุทยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหรติ.

ย่อมตามเห็นธรรมคือกายปรากฏขณะเกิดขึ้น ย่อมตามเห็นกายขณะที่เกิดขึ้นจริง

วยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหรติ.

ย่อมตามเห็นธรรมคือกาย ปรากฏดับไป ก็เห็นว่าดับไปจริง

สมุทยวยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหรติ ฯ.

(ปัจจัยของรูปนามอวิชชา ตัณหา กรรม อาหาร ผัสสะ นามรูป)

ย่อมตามเห็นธรรมคือกายทั้งขณะเกิดขึ้น ทั้งขณะดับไป เป็นธรรมดา

อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฏฺฐิตา โหติ ฯ.

(รู้ประโยชน์ รู้โคจร อสัมโมหสัมปชัญญะ)

ญาณเพียงเพื่ออาศัยรู้ สติเพียงเพื่ออาศัยตามระลึกเท่านั้น

อนิสฺสิโต จ วิหรติ น จ กิญฺจิ โลเก อุปาทิยติ ฯ.

ตัณหานิสสัย ทิฏฐินิสสัย อาศัยเกิดและถือเอาไม่ได้ขณะนั้น แม้นิดหนึ่งน้อยหนึ่งในกายขณะนั้น (ในขันธโลก—รูปโลก—นามโลก) (ขณะนั้นว่างจากตัณหาทิฏฐิ ตัณหาทิฏฐิเป็นตัวอุปธิ)

อย่างนี้แล ภิกษุชื่อว่าตามเห็นกายในกายอยู่เนือง ๆ

หมายเหตุ อุปธิ ตัณหา ทิฏฐิ กิเลส กรรม ทุจริต อาหาร ปฏิฆะ อุปาทินนธาตุสี่ อายตนะภายในหก วิญญาณหก รวมกิเลสวัฏฏ กัมมวัฏฏ วิปากวัฏฏ เป็นตัวอุปธิ ทรงไว้ ตั้งไว้ เข้าไปหอบทุกข์ไว้ แบกทุกข์ไว้ เป็นเหตุ เป็นแดนเกิดแห่งทุกข์ทั้งปวง

ภิกษุเจริญสติปัฏฐาน ๔ อันประกอบด้วยองค์อริยมรรคมี ๘ องค์ เป็นองค์ปฏิปทามัชฌิมาปฏิปทา เข้าประกอบกับจิต กำกับจิตให้เป็นปกติตั้งอยู่ในสุจริต ๓ เป็นศีลวิสุทธิ เจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อจิตตวิสุทธิทิฏฐิวิสุทธิ ก้าวไปสู่สัมโพชฌงค์ทั้ง ๗ เพื่อบรรลุวิชชาและวิมุติ เป็นเป้าหมาย อุปธิ จึงอาศัย เกิดร่วมไม่ได้ แม้เพียงนิดหนึ่งน้อยหนึ่งก็ไม่มี องค์แห่งอริยมรรค ๘ นำอุปธิออกจากโลกเสียได้ ไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลก อย่างนี้แล ภิกษุผู้เห็นภัย ชื่อว่าพิจารณากายในกายอยู่

สติปัฏฐาน ๔ นี้ เป็นทางดำเนินให้เข้าถึงวิสุทธิ ๗ เป็นทางให้เข้าถึงมรรค—ผล—นิพพาน ได้ ด้วยเหตุนี้ สาธุชนผู้ปรารถนาความบริสุทธิ์แก่ตนเอง เพื่อความดับสนิท คือมรรคผลนิพพานก็พึงศึกษาสติปัฏฐานให้เข้าใจดีก่อนในเบื้องต้น ให้รู้ กาย เวทนา จิต ธรรม เหตุผลแห่งกาย เวทนา จิต ธรรม—ปัจจัยของกาย เวทนา จิต ธรรม ทั้งส่วนย่อและส่วนขยาย ย่อลง รูปธรรม นามธรรม รูปธาตุ นามธาตุ ให้รู้แจ้งซึ่งรูปกาย นามกาย ส่วนประกอบ ส่วนประสมของรูปกาย นามกาย รูปธาตุ นามธาตุ วิญญาณธาตุ มีนาม

กายอะไรเข้าประกอบ เข้าประสมบ้าง จึงบัญญัติเรียกร้องว่าอย่างนี้ ๆ เหมือนอักษรพยัญชนะ คำว่า "กินข้าว" ก. อิ น อ่านว่ากิน ข. สระอา ว ไม้โท อ่านว่า ข้าว ไปในที่ไหนๆ เขาเรียกกินข้าว มีลักษณะอาการกิริยากินอย่างนี้ เป็นตัวอักษรเขาอ่านว่าอย่างนี้ รูปกาย หมายถึง "รูปธาตุ" ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ นามกาย หมายถึง เจตสึกธรรม ธรรมที่เข้าประกอบกับจิต ปรุงแต่งจิต ประสมประสานกับจิต อันได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร ทั้งหลาย ทำให้จิตแปรไปตามสภาพของนามกาย คือ เวทนา สัญญา เวทนา สังขาร ตัวประกอบกับจิตประสมกับจิต ให้จิตประพฤติเป็นไปตาม อำนาจของ โลภะเหตุ โทสะเหตุ โมหะเหตุ อโลภะเหตุ อโทสะเหตุ อโมหะเหตุ—หรือ เรียก "กุศลเหตุ อกุศลเหตุ" เหตุใดเป็นใหญ่มีกำลังมาก ก็ประกอบจิตบังคับจิตให้เป็นไป ตามอำนาจเหตุนั้น ๆ ประพฤติไปตามเหตุแห่งธรรมที่เป็นกุศล และอกุศลที่เป็นใหญ่ มี กำลังมาก มากด้วยกุศลเหตุก็ประกอบกุศลมาก ถ้ามากด้วยอกุศล ก็ประกอบอกุศลมากให้ โลภ โกรธ หลง รัก ชัง อิสสา ริษยา มายา เจ้าเล่ห์ โอ้อวด ตัณหา มานะ ทิฏฐิ เป็นต้น นี้เป็นตัวละครเข้าประกอบ ตัวพระเอก นางเอก ตัวโกง ผู้ร้าย หัวหน้ากลุ่ม ดาวโจรดาวร้ายเหล่านี้ ก็คือ โลภะ โทสะ โมหะ อวิชชา ตัณหา มานะ ทิฏฐิ โลก เดือดร้อน วุ่นวาย นักปลุกระดม ไม่สงบ เพราะกลุ่มดาวร้ายกลุ่มดาวโจรทั้งหลายเหล่านี้

กลุ่มกุศลธรรม เป็นกลุ่มดาราที่สวยงาม สะอาด สงบ บริสุทธิ์ มีศีลธรรม อันได้แก่ คือ ศีลสมาธิ ปัญญา ความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ไม่มัวเมา มีกองทัพธรรม ๓๗ ประการ มีสติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรคมีองค์ ๘ รักสงบ สะอาด บริสุทธิ์ ผู้ก่อการดีและเป็นนักปราบปรามกลุ่มดาวร้าย ดาวโจร นักปลุกระดมต่าง ๆ ให้สงบระงับราบคาบลง นี้เป็นนามเจสิก ตัวประกอบจิตที่ดี ที่สะอาดมีหิริ—โอตตัปปะเป็นพื้นฐาน สติสัมปชัญญะ ขันติ โสรัจจะ กตัญญูกต เวทีตาธรรม พรหมวิหารธรรม มีความปรารถนาดีต่อกัน โลกนี้ก็สงบสุข เป็นแดนสวรรค์ เป็นแดน พรหมวิหารสุขาวดี—เป็นแดนอริยะ

วิญญาณธาตุ เป็นนามจิต เป็นธาตุรู้ เป็นประธานให้เวทนา สัญญา สังขาร ทั้งหลายทั้งฝ่ายกุศลธาตุ อกุศลธาตุ อัพยากตธาตุ เท่านั้น โลกคือขันธ์ ๕ เป็นละครโรงใหญ่ แต่ละครจะเล่นดีหรือไม่ดีขึ้นอยู่กับตัวประกอบ คือเจตสิกธรรม ทั้งที่เป็นฝ่ายกุศล หรืออกุศล หรืออัพยากตะ จิตเป็นเพียงประธาน เก็บสะสมกุศล อกุศลวิบาก หรือผลของกุศล อกุศลเท่านั้น ทำหน้าที่ "จุติ ปฏิสนธิ" เท่านั้น ศึกษาให้เข้าใจอย่างนี้เสียก่อน เสมือนท่องจำสูตรคูณได้ทั้งหมด นำไปใช้คำนวณตั้งแต่ชั้นปถม มัธยม และชั้นอุดม ฉันใด นักศึกษาธรรม ศึกษาให้รู้จักขันธ์ อายตนะ ธาตุฯ ก็ฉันนั้น ศึกษาให้รู้ให้เข้าใจทรงไว้คล่องปาก ขึ้นใจ สามารถแทงตลอดด้วยทิฏฐิปัญญาได้โดยฉับพลัน ไม่เนิ่นช้า มีเชาวนปัญญาแคล่วคล่อง สามารถตัดสิน รู้ทัน วัตถุอารมณ์ได้ไวฉับพลัน เสมือนวัตถุอารมณ์ที่ให้เกิดความรัก ความชัง รู้มาจากใจก่อน วัตถุอารมณ์ที่ไม่น่ารัก ไม่น่าชัง ก็ต้องรู้มาจากใจเช่นเดียวกัน มีกุศลธาตุเป็นสมุฏฐาน อกุศลธาตุ อัพยากตธาตุเป็นสมุฏฐาน อย่างนี้ท่านเรียกว่า รู้แจ้งแทงตลอด จิตหลุดพ้นได้ ตามอำนาจภาวนา คือ ตะทังคะบ้าง วิขัมภนะบ้าง สมุจเฉทบ้าง ตามกำลังสติปัญญา อินทรีย์บารมีของตนๆ ที่ได้อบรมสั่งสมไว้อ่อนบ้าง แก่บ้าง น้อยบ้าง มากบ้าง ตามฐานะ

แม้เขียนหนังสือก็ยังมีผิดๆ ผิดความหมายบ้าง สะกดการันต์ผิดบ้าง เพราะรู้ยังไม่แจ้งแทงไม่ตลอด แต่ก็ต้องพยายามแก้ไขให้ถูก การศึกษาธรรมชาติ ธรรม สภาวธรรม ก็เช่นเดียวกัน ๑. ต้องฟังธรรมมากๆ ฟังให้เข้าใจ ให้รู้แจ้ง เป็นพหุสุตบุคคล ๒. เมื่อฟังยังไม่แจ้ง ต้องสนทนาธรรมกับท่านผู้รู้ในข้ออรรถธรรมะที่เคลือบแคลงสงสัยให้หายสงสัย ๓. ต้องเจริญสมถภาวนาเพื่อสงบ ๔. ต้องเจริญวิปัสสนาภาวนาเพื่อพิจารณารู้แจ้งแทงตลอดขันธ์ อายตนะ ธาตุ เพื่อรู้แจ้งขันธโลก

สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางใหญ่ เป็นทางที่ควรโคจร เป็นทางไม่ประมาท เป็นทางไม่ตายด้วย จึงควรเดินทางนี้

นักศึกษาธรรม นักปฏิบัติธรรม ในสติปัฏฐานภาวนา ยังไม่รู้อรรถ ไม่รู้ธรรม ในสติปัฏฐานอีกมาก แต่ก็ทนปฏิบัติกันไปได้ เพราะเชื่อว่าเป็นทางบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย ก้าวล่วง โสกะ ปริเทวะเสียได้ ดับทุกข์โทมนัสได้จริง ถึงญายธรรม มรรคธรรมได้จริง กระทำพระนิพพานให้แจ้งได้จริง มีศรัทธาความเชื่ออย่างนี้จริง แต่ปฏิบัติไม่ตรงทาง ไม่ถูกธรรม จึงเนิ่นช้า เพราะตัณหา มานะ ทิฏฐิ มันพาเดินทางผิด ไม่ถูกธรรม ญายธรรม มรรคธรรมจึงไม่เกิด

ใน "กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน" ตามเห็นกายในกายอย่างไร กำหนดกายในกายนั้นอย่างไร แต่ก็บริกรรมภาวนา พุทโธ ๆ กันเรื่อยไป ก็ท่องได้แต่ "พุทโธ ๆ" เท่านั้น ยังไม่รู้ว่ากายคืออะไร กายอยู่ที่ไหน กายนั้นปรากฏอย่างไร ๆ แม้แต่ลมหายใจของตนเอง ไหลเข้าไหลออกอยู่ตลอดเวลาก็ยังไม่รู้ รู้แต่พุทโธอย่างเดียว ลมเกิดแล้วดับไปนานแล้วก็ไม่รู้ รู้แต่พุทโธ ๆ เท่านั้น ก็ดีเหมือนกัน ยังได้พุทโธบ้าง

คำว่า "ตามเห็นกายในกาย" นั้น คือตามเห็นกายส่วนใดส่วนหนึ่งอยู่ ไม่ใช่กายทั้งหมด เพราะกายนั้นมีมากด้วยกัน ให้กำหนดหมายรู้เฉพาะ "ปัจจุบันธรรม หรือ ปัจจุบันอารมณ์" อยู่ เช่น กายส่วนยืน ปรากฏ กายส่วนเดิน กายส่วนนั่ง กายส่วนนอน หรือกายสังขารส่วนที่ลมหายใจเข้าหายใจออกอยู่ อย่างนี้ชื่อว่าตามเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ มีสัมมาสังกัปปะดำริวิตกอยู่กับกาย และนำอภิชฌาโทมนัสออกจากโลกเสียได้

ให้รู้ว่า กายส่วนใดส่วนหนึ่งที่ปรากฏเป็นปัจจุบันอยู่ ส่วนขณะยืนอยู่ ขณะเดินอยู่ ขณะนั่งอยู่ ขณะนอนอยู่ หรือขณะที่หายใจเข้าขณะที่หายใจออกอยู่ ปรากฏอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติระลึกรู้สึกตัวอยู่ขณะนั้นในกายส่วนนั้น ชื่อว่า ตามเห็นกายในกายอยู่

อนุปสฺสี องค์แห่งมรรคคือ อาตาปี สัมมัปปธาน ๔ สมฺปชาโน สัมมาทิฏฐิ ๔ สติมา สัมมาสติ ๔ สัมมาสังกัปปะ ๓ เข้าประกอบพร้อมกับจิต องค์แห่งมรรคนั้นเป็นใหญ่ เป็นประธานในจิต เป็นผู้ตามเห็นกายในกายขณะนั้น ที่กายปรากฏอยู่ อนุปัสสนา มี อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสานา อนัตตานุปัสสนา ก็เข้าประกอบตามเห็นอยู่ อาการของ

กายส่วนนั้นประพฤติเป็นไปอยู่ ปรากฏเกิดขึ้นดับไปไม่เที่ยง เป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ เป็นอนัตตาบังคับไม่ได้ มีอยู่เป็นอยู่ เป็นธรรมดา สภาพธรรม คือ รูปกาย นามกาย วิญญาณนามธาตุ

ทำความเห็นให้ตรง

นักศึกษา นักปฏิบัติ ต้องทำความรู้ความเห็นให้ตรงต่อสภาพธรรมนั้นว่า รูปกาย นามกาย นามธาตุ วิญญาณธาตุนี้ ไม่ใช่เรา ไม่เป็นเรา เป็นเพราะสภาพธรรมนี้ มีความสิ้น มีความเสื่อมเป็นธรรมดา เป็นไปตามอำนาจเหตุปัจจัย แห่งสภาพธรรม รูปธรรม นามธรรมนั้น ๆ เกิดเพราะปัจจัย ขณะดับก็เพราะปัจจัยดับ สืบเนื่องเป็นสันตติสืบต่อกันไป ตามลักษณะสังขตะธรรม คือ ธรรมอันปัจจัยปรุง เกิดแล้วดับไปเป็นธรรมดา เป็นธรรมธาตุ ธรรมฐิติ ธรรมนิยาม ตามเห็นกายในกายให้ตลอดสาย ตั้งแต่ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ ขณะดับไป

ธรรมกันหลง—ลืม

องค์ธรรมแห่งสติปัฏฐานนั้น นักศึกษา นักปฏิบัติ ต้องศึกษาใส่ใจเป็นพิเศษคือ อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติปจฺจุปฏฺฐิตา โหติ กายนี้มีอยู่นะ ปรากฏอยู่นะ สติเข้าไปตั้งฐานกายระลึกอยู่ที่กายก็มีอยู่ด้วย ธรรมคือความไม่ประมาทนี้ กันหลง กันลืม กันมัวเมา ต้องมีสติตื่นอยู่เสมอ แม้เวทนา จิต ธรรม ก็มีนัยเช่นเดียวกัน เป็นตัวสัมมาสติรู้ทั่ว รู้พร้อมกำกับไปกับอารมณ์คือกาย เวทนา จิต ธรรม กันหลง กันเผลอ เป็นองค์ โคจรสัมปชัญญะ อสัมโมหะสัมปชัญญะ ผู้ศึกษา ผู้ปฏิบัติ ถ้าขาดความสำนึกต่อองค์ธรรมนี้ เป็นอันหลง เผลอ เพลิดเพลินไป เดินอยู่ก็ไม่รู้สึกตัว ยืนอยู่ นั่งอยู่ ก็ไม่รู้สึกตัว มิได้ดำริ ตรึก วิตกอยู่กับกาย ด้วยเหตุนี้ คาถานี้เป็นคาถากันลืมกันหลงดีนักแล

เวทนามีอยู่ สติเข้าไปตั้งฐานเวทนานี้ เวทนาในเวทนา พึงตามเห็นเฉพาะเวทนาที่ปรากฏเท่านั้น เวทนานี้เป็นเพียงธรรมชาติเวทนาเท่านั้น เวทนามิได้เป็นเรา เรามิได้มีเวทนา เวทนามิได้มีในเรา เรามิได้มีในเวทนา เวทนาก็ส่วนเวทนา เป็นเจตสิกธรรม

ต่างหาก เวทนาเสวยกาย เสวยจิต เสวยชีวิต ก็พึงตามเห็นเวทนานั้น เพราะเกิดแล้วดับ มีแล้วก็ไม่มี อย่าไปรบกับเวทนามากนัก สติสัมปชัญญะ ความเพียร เข้าไปตั้งระลึกรู้ว่า เวทนานี้ปรากฏเกิดขึ้นแล้ว ขณะเมื่อดับก็ตามรู้ว่าดับไปจริง

เวทนานั้นมีมาก ตามเห็นส่วนที่ปรากฏ คือ ทุกขเวทนาก็ย่อมรู้ว่า ทุกขเวทนา ได้บังเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปตามสภาพธรรมดาของเจตสิกธรรมที่เกิดเพราะปัจจัย เมื่อดับไปก็เพราะปัจจัยดับ มิใช่เราเจ็บ เราปวด เราสบาย หรือไม่สบาย นั่นเป็นเวทนาต่างหาก ต้องทำความเข้าใจ ทำความรู้สึกตัวรู้แจ้งอย่างนี้ จึงจะตรงต่อสภาพความเป็นจริง เราถูกตัณหาอุปทานหลอกว่าเป็นเรา เป็นของเรามานานแล้ว ถ้าเป็นเรา เป็นของเราจริงก็บังคับได้ ขอให้เป็นสุขอยู่อย่างนี้ อย่าทุกข์เลย แต่นี่บังคับไม่ได้ สุขเวทนาเกิดก็ดับหายไป ทุกขเวทนาเกิดและก็ดับหายไปอีก อทุกขมสุขก็เช่นเดียวกัน ดับไม่เหลือ แล้วเกิดอีก เปลี่ยนไป แปรไป ไม่คงที่ จะว่าเป็นเรา เป็นของเราได้อย่างไร

เพียงกำหนดรู้ว่า นี้เวทนา นี้ความเกิดขึ้นแห่งเวทนา นี้ความดับไปแห่งเวทนา รู้คุณในความเป็นคุณ รู้โทษในความเป็นโทษจริง เกิดขึ้นแล้วดับไป จึงจะสลัดออกจากฉันทราคะในเวทนาได้ นี้ชื่อว่าตามเห็นเวทนาในเวทนา ส่วนใดส่วนหนึ่งเท่านั้น หารู้เห็นทั้งหมดไม่

อย่าทะเลาะ — วิวาทกับ เวทนา

พูดถึง เวทนา อย่าได้มัวหลงใส่ใจกับ เวทนา ให้มากจนเกินไปมากนัก และอย่าหลงกลลวงมัวไปทะเลาะกับเวทนามากนัก "สติสัมปชัญญะ" จักตั้งไม่ติด ให้กำหนดรู้เพียงว่า ทุกขเวทนาได้ปรากฏเกิดขึ้นแล้วเท่านั้น พยายามตั้งสติให้มั่นคง ขณะเดิน ขณะนั่ง รู้ว่า มารมาปรากฏแล้ว ถ้ามัวไปทะเลาะกับมารคือทุกขเวทนา สติสัมปชัญญะจะตั้งไม่ติด ทำให้สติเคลื่อนจากฐาน เต้นไหวไปตามอำนาจโทสะ คือไม่ชอบใจ ไม่ยินดี สติก็เตลิดเคลื่อนไปจากฐานที่ตั้งไว้

เวทนานั้น ให้ถือเสมือนเพียง "แขกดอย" ที่มาเยี่ยมเท่านั้น อย่าได้ใส่ใจในแขกมากนัก อย่าได้ให้อามิส มีน้ำ อาหารเป็นต้น เขาพอใจอยู่ก็อยู่ เขาไม่พอใจอยู่เขาก็ไปเอง เรารู้เพียงว่าแขกมาเท่านั้น ตั้งใจทำงานของตนไป เมื่อไม่ใส่ใจในแขกที่มา ไม่ต้อนรับ ไม่ให้อามิสอาหาร ไม่พูดกับเขา เขาก็เก้อกลับไปเอง ตั้งสติตั้งใจไว้กับหน้าที่การงานที่ตนกำลังทำอยู่เท่านั้น ถ้ามัวต้อนรับเขา กลัวแขกจะว่าจะนินทา ด้วยความกลัวแขกผู้เป็นมารร้าย ให้อามิส ทรัพย์เขา เขาก็จะได้ใจ เขาจะพยายามข่มขู่จะเอาชีวิตอยู่เสมอ เราก็ตั้งสติไม่ได้ เพราะกลัว คือโทสะเกิดเสียแล้ว สติตั้งไม่อยู่เพราะความกลัว อย่าได้กลัว ความเพียรเราจักไม่ย่อหย่อน สติเราจักตั้งมั่นไม่ฟั่นเฟือน กายเราจักไม่ไหวซัดส่าย จิตเราจักตั้งมั่นอยู่กับหน้าที่การงานเท่านั้น รู้เพียงเวทนาที่เป็นแขกมาปรากฏเท่านั้น เมื่อแขกไปก็รู้ว่าแขกไปแล้ว เจริญเวทนาสติปัฏฐานต่อไป ตั้งสติมั่นไว้กับกาย กับเวทนาต่อไป ภาวนาต่อไป อดทนต่อไป มารเอ๋ย จะทำอะไรได้ ฉันจะยอมตายอยู่กับบัลลังก์ที่นั่งนี้เท่านั้น ฉันจักไม่เคลื่อนจากฐาน ถ้าไม่ชนะ ฉันก็สร้างบารมีมาก็พอต่อสู้ เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน ก็พอมี แกจะทำอะไรมารเอ๋ย!

"โยคาวจรเอ๋ย เจ้าเป็นศิษย์ของใคร?" ฉันจะทำร้ายเจ้า มารมันขู่

กุสลธมฺมา ธมฺมา! ธมฺมา!! ภาวนาตั้งมั่นไว้ ไม่ใส่ใจคำขู่

"ฉันจะขว้างด้วยลูกระเบิดนี้ ให้ร่างแกละเอียดหาชิ้นไม่ได้" มารมันขู่อีก

ขันติ สัจจะ อธิษฐาน ตายเป็นตาย! เราเป็นศิษย์สาวกของพระตถาคต ธมฺมา! ธมฺมา!! มรณํ มรณํ ภาวนามั่นอยู่อย่างเดียว

"ขาขาดนะ เอวขาดนะ ศีรษะแตกนะ คอหลุดนะ" มันขู่สำทับใหญ่

เชิญเถิดมารเอ๋ย! ฉันไม่ใส่ใจในคำขู่ของเจ้า ฉันจักเจริญกุศลธรรม วิริยะ ขันติ ปัญญา สติ สมาธิ เท่านั้น ฉันไม่แคร์ไม่หวั่นไหวหรอก ถ้าไม่มีชัยชนะ ฉันจะสู้ตายอยู่ที่นี่ พระศาสดาของเราสอนให้ต่อสู้กับมาร กับข้าศึกเฉพาะหน้า เราถอยไม่ได้อีกแล้ว! ต้องสู้ตายที่นี่ สู้ตรงนี้ ขณะนี้ สู้ด้วยความสงบ เราถอยไม่ได้อีกแล้วๆๆ! สู้ๆๆ สู้ที่นี่ตรงนี้ ธมฺมา ธมฺมา ธมฺมา!!! สงบเฉยเสีย จะทำไม!

"คนบ้า! คนบ้าอะไรไม่กลัวตาย ไม่กลัวเจ็บปวด" มารมันว่า ไปดีกว่า แก ไม่ไป ฉันไปดีกว่า บ๊ายบาย! กู๊ดบาย!

ก็เท่านั้นแหละ ไม่เห็นมีอะไรเกิดขึ้นเลย

ไม่บ้าจี้ตามมัน ไม่สะดุ้ง ไม่กลัวซะอย่าง ก็เท่านั้นแหละ อาจารย์ฉันสอนให้เฉยไว้ เฉยเสีย

เราต้องต่อสู้ด้วยอาการสงบ สัมมัปปธานเพียรตั้งไว้ สติปัฏฐานตั้งไว้ไม่พั้นเพือน กายและใจจักไม่หวั่นไหว จิตมั่นไม่สะดุ้งเท่านี้ ชิเนตํ ชิเนตํ เราชนะแล้ว เราชนะแล้ว มารเอ๋ย

ทุกขเวทนาเสวยแล้วก็กำหนดรู้ กายของเราจักไม่หวั่นไหว จิตของเรา ชอบใจหรือไม่ชอบใจก็กำหนดรู้ ถึงกายเราจักหวั่นไหว แต่จิตของเราจักไม่หวั่นไหว จักตั้งมั่นด้วยสัมมัปปธานความเพียร ด้วยสติ สัมปชัญญะ ขันติ จักตั้งมั่น เป็นประธาน ในสังขารทั้งปวง การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ชื่อว่า เจริญ — อบรม สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรคมีองค์ ๘ ไปพร้อมในขณะเดียวกัน สตินทรีย์ วิริยินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญญินทรีย์ ก็ชื่อว่าเข้าประกอบด้วย

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน พาท่านออกมาเสียไกล แต่ก็ได้ประโยชน์มากกว่า เมื่อเวทนาปรากฏ ก็กำหนดหมายรู้ส่วนเวทนาที่ปรากฏเกิดขึ้นเท่านั้น ทุกขเวทนา สุขเวทนา อุเบกขาเวทนา เจือ อิงอามิส หรือไม่ ย่อมตามรู้ตามเห็นว่ามีหรือไม่มี เมื่อมีก็รู้ว่ามี เมื่อไม่มีปราศจากอามิส อิงเนกขัมมะ ก็รู้อิงเนกขัมมะ ปราศจากอามิส ชื่อว่าเจริญเวทนาในเวทนาอยู่ เพียรเจริญกุศลภาวนาอยู่ ชื่อว่าละอกุศลธรรมไปพร้อมกัน เพียรละอกุศลธรรม ชื่อว่าเจริญกุศลธรรมอยู่ เพียรรักษาด้วย

หวังว่า นักศึกษา นักปฏิบัติธรรม พอที่จะเข้าใจในสติปัฏฐาน ๔ ได้บ้าง ในคำว่า ตามเห็นกายในกาย อย่างไร ตามเห็นเวทนาในเวทนา อย่างไร ตามเห็นจิตในจิต ตามเห็นธรรมในธรรมอย่างไร ส่วนใดส่วนหนึ่งของกาย เวทนา จิต ธรรม ที่ปรากฏเป็นปัจจุบันอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ เข้าประกอบกำกับจิตระลึกรู้ ตั้งอยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรม ส่วนนั้นอยู่ ชื่อว่าเจริญความไม่ประมาท เจริญสติปัฏฐาน ๔ อยู่

อานาปานสติภาวนา

ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก เป็นกายส่วนหนึ่ง อีกนัยหนึ่งท่านเรียก "กายสังขาร" ลมหายใจเข้าออกนี้ ปรุง แต่ง รูปกาย ให้เป็นอยู่ได้ ชีวิตนี้เป็นอยู่อันเนื่องจากลมหายใจส่วนหนึ่ง มีลมจึงมีเรื่อง สิ้นลมก็สิ้นเรื่อง เรื่องต่าง ๆ ที่สัตว์สร้างขึ้นทั้งดีบ้าง ชั่วบ้าง ก็เนื่องมาจากกองลม วาโยธาตุ เพื่อประโยชน์สุขในปัจจุบันและอนาคต ท่านจึงมีอุบายวิธีกำหนดดูกองลมหายใจเข้าออกอันเป็นปัจจุบัน ประพฤติเป็นไปอยู่ตลอดชั่วอายุขัยของรูปนาม เบื้องต้นท่านสอนให้ศึกษาให้รู้ลมหายใจปรากฏเกิดขึ้นที่ไหน ประพฤติเป็นไปอย่างไร เที่ยงหรือไม่เที่ยง เป็นสุขหรือเป็นทุกข์ เป็นอัตตาหรืออนัตตา นี้ก็เป็นธรรมธาตุ ธรรมฐิติ ธรรมนิยาม

การฝึก เบื้องต้นศึกษาเข้าใจดีแล้ว ได้สถานที่อันเป็นสัปปายะ สงัดกาย สงัดจิตได้บ้าง พึงนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายให้ตรง สำรวมจิตตั้งจิต ตั้งสติสัมปชัญญะไว้ เฉพาะหน้าสิ่งที่ปรากฏ คือกองลมหายใจเข้า — หายใจออก มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติประกอบกับจิต กำกับจิตให้ระลึกรู้ตั้งอยู่กับลมหายใจเข้าออก มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก นี้เป็นบทฝึกขณะแรกเริ่ม ปรารภความเพียรประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้ ข่มจิตไว้กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ปรากฏอยู่เฉพาะหน้า ลมหายใจมีอยู่ แต่ไม่เคยมีสติรู้อยู่กับลมหายใจเข้า — ออกเลย

ลมโลภ ลมโกรธ ลมหลง ลมหึง ลมหวง ลมเพชฌหึง ลมอาฆาต พยาบาท ลมเพชฌฆาต ไม่เคยรู้สึกตัวเลย ลมเมาในกามารมณ์ ลมเมารัก เมาชัง ลมเมายังไม่แก่ เมายังไม่เจ็บ เมาในความไม่ตาย ไม่เคยรู้เลย หอบเอาทุกข์เข้าไว้ ไม่เคยรู้จักทุกข์เลย มีแต่แก้ทุกข์ กินสุขในบาป จึงออกจากทุกข์ ออกจากสุขในบาปไม่ได้

อานาปานสติภาวนา อันประกอบด้วยความเพียรชอบ สัมปชัญญะสติ เป็นอุบายแก้ไข รักษาโรค เมาประมาท รักษาโรค โลภ โกรธ หลง ตัณหา มานะ ทิฏฐิ อุปาทาน ทำให้จิตกำเริบ ทำให้ลมกำเริบนั้นสงบระงับลงด้วย อานาปานสติภาวนานี้เท่านั้น เข้าไปสงบระงับ อกุศลวิตกต่าง ๆ เป็นเหตุให้ลมเสียกำเริบ จะหยุดสงบระงับลง

ด้วยอานาปานสติภาวนานี้ อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ให้คุ้นเคยติดต่อทุกขณะจิต ที่หายใจเข้า หายใจออก

อันความเพียรคือ สัมมัปปธาน ๔ วิริยิทธิบาท วิริยินทรีย์ วิริยพละ วิริยสัมโพชฌงค์ สัมมาวายาโม เข้าประกอบกับจิต กำกับจิตให้จิตกล้าหาญ อาจหาญ ไม่หวั่นไหวข้าศึกคือความเกียจคร้าน เพียรระวัง เพียรละ เพียรเจริญกุศล เพียรรักษากุศลนั้นให้ตั้งอยู่ไม่ฟั่นเฟือน ตั้งมั่น ให้ถึงความเจริญไพบูลย์ ยอมเสียสละทั้งกายและชีวิต ยังฉันทะหรือฉันทิทธิบาทให้ถึงพร้อม วิริยิทธิบาท จิตติทธิบาท วิมังสิทธิบาท บทหรือองค์แห่งความเพียรนั้นท่านแสดงไว้ว่า ฉนฺทํ ชเนติ วายามติ วิริยํ อารพฺภติ จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ ยังฉันทะให้ถึงพร้อม พยายาม เริ่มปรารภความเพียร ตั้งจิตไว้ ข่มจิตไว้ในอารมณ์คือ "อานาปานสติภาวนา" นี้คือ บทแห่งความเพียรให้สำเร็จกิจ ฉันทสมาธิ วิริยสมาธิ จิตตสมาธิ วิมังสาสมาธิ อันเป็นองค์ธรรมกล้าหาญให้สำเร็จกิจนั้น ๆ ทั้งสิ้นในขณะจิตนั้น

สัมปชาโน สัมปชัญญะ วิมังสิทธิ ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมมาทิฏฐิ เข้าประกอบจิต กำกับจิต ทำความรู้สึกตัวอยู่กับกาย อิริยาบถต่าง ๆ หรือลมหายใจเข้าออก ซึ่งปรากฏเป็นปัจจุบันอยู่ ตัดอดีต ตัดอนาคตออกไป ตามเห็นรู้สึกตัวอยู่กับปัจจุบันธรรม ปัจจุบันอารมณ์ คือ "อานาปานสติภาวนา" อยู่ เป็น จิตตสมาธิ วิมังสาสมาธิ รู้ทั่ว รู้พร้อมในขณะอารมณ์เดียว ในขณะจิตเดียว ขณะที่ปรากฏเกิดขึ้นและขณะที่ดับไป ย่อมแทงตลอดซึ่งทุกขสัจจะ หรือทุกขสภาวะอยู่ นี้กาย นี้ความเกิดแห่งกาย นี้ความดับแห่งกาย ตามความเป็นจริงที่มีอยู่ เป็นอยู่ ขณะนั้น

สติมา อันได้แก่ตัวสติปัฏฐานทั้ง ๔ สตินทรีย์ สติเป็นใหญ่ สติพละ สติเป็นกำลัง สติสัมโพชฌงค์ สติเป็นญาณความรู้เหตุผล สัมมาสติ สติระลึกชอบระลึกถูก สติเป็นธรรมเครื่องกั้นกันกระแสอวิชชา ตัณหา สติเป็นเครื่องรักษา กาย เวทนา จิต ธรรม สติปัฏฐาน สตินทรีย์ สติพละ เมื่อเข้าประกอบกับจิต กำกับจิตไม่ให้ประมาทตั้งมั่นอยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรม นี้เป็นกิจหน้าที่ของสติ หรือไม่ประมาทในขณะหายใจเข้า ในขณะหายใจออก อันเป็นองค์แห่ง "อานาปานสติภาวนา" อยู่ หรือไม่ประมาทในอิริยาบถ

ใหญ่ — น้อย สทาสโต เป็นผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ ทุกขณะ องค์ประกอบองค์กำกับจิตให้จิตนั้นตั้งมั่นไม่ประมาทในกาย เวทนา จิต ธรรม และกองลมทั้งปวง

กาย หรือ อานาปาน, วาโยธาตุ เป็นรูปธาตุ จิตเป็นวิญญาณธาตุ เป็นธาตุรู้ จิตุตวาโยธาตุ จิตประพฤติเป็นไปในวาโยธาตุ ให้มีลมหายใจ ให้รูปธาตุนามธาตุนั้น ๆ เป็นอยู่ได้ ตามปัจจัย เกิดขึ้นแล้วดับไป อาศัยกันเกิด เพราะวิญญาณ. ธาตุ มี รูปธาตุ จึงปรากฏมีขึ้น วิญญาณธาตุเกิดขึ้น รูปธาตุ นามธาตุ ก็เกิดขึ้น วิญญาณ. ธาตุดับ รูปธาตุนามธาตุก็ดับไปด้วย หรือรูปธาตุคือลมหายใจดับ วิญญาณธาตุก็ดับไปด้วย ธรรมธาตุนี้ต่างอาศัยซึ่งกันและกัน หรือจะกล่าวว่าเกิดพร้อมกัน ดับพร้อมกัน ก็ยังได้

สัมมาสังกัปปะ (วิเนยฺย — โลเก) เป็นเจตสิกธรรม อาศัยวิญญาณธาตุประกอบกับจิต กำกับจิต ดำริชอบ วิตก ตรึก เฉพาะลมหายใจ (รูปธาตุ) เข้า หายใจออกปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏดับไปเท่านั้น มิได้ดำริ วิตก เรื่องกาม พยาบาท วิหิงสา ขณะที่เจริญอานาปานสติภาวนาอยู่ จึงพ้นไปจากอำนาจ ของกาม พยาบาท วิหิงสา ยิ่งภิกษุเสพอานาปานสติภาวนา อยู่จนคุ้นติดต่อกัน เจริญแล้ว กระทำแล้วให้มากด้วย อานาปานสติภาวนาอยู่ จึงชื่อว่าออกแล้วจากกามารมณ์ ออกจากพยาบาท ออกจากวิหิงสา อันเป็นอกุศลธรรม อกุศลวิตก ย่อมระงับดับไป ด้วยอำนาจกุศลภาวนา คือ อานาปานสติภาวนา สัมมาสังกัปปะ มรรคธรรมนี้แหละทำกิจนำอภิชฌาและโทมนัสออกจากโลกเสียได้ โลกจึงสงบระงับร่มเย็นเป็นสุข กุศลมรรคภาวนา อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว เปรียบดังฝนใหญ่ตกมาในฤดูแล้ง ยังฝุ่นธุลีละออง อกุศลลามก ให้สงบระงับดับไปโดยฉับพลัน ความร่มเย็นเป็นสุขชุ่มชื่นใจ และเป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบันด้วย ท่านผู้ปรารถนาความร่มเย็นเป็นสุขกายใจ ก็จงพยายาม "สร้างฝน" คือกุศล-ภาวนา โดยเฉพาะอานาปานสติภาวนา ให้เจริญ ให้มากเถิด ผลคือความสงบประณีตจะบังเกิดปรากฏขึ้นเอง ฝนคือกุศลภาวนานี้ ต้องฝึก ต้องเจริญเอาเอง ต้องกระทำให้มากจึงจะมีขึ้น เป็นขึ้นได้ ไม่ใช่เทวดาให้ตก ไม่ใช่พระมหากษัตริย์—พระราชา พระราชทานทำให้กันไม่ได้ ต้องทำเอาเอง.

ได้นำองค์ธรรม กุศลภาวนา หรือองค์แห่งมรรคธรรม อันเป็นองค์ประกอบให้เกิดฝนห่าใหญ่ ซึ่งเป็นกองทัพธรรมทั้ง ๓๗ กองพลมารวมไว้ ณ ที่นี้ เพื่อสะดวกแก่นักศึกษา นักปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะ "อานาปานสติภาวนา" ว่ามีองค์ธรรมอะไรเข้าประกอบกับจิต กำกับจิตให้ประพฤติเป็นไปในทางที่ถูกทางที่ชอบบ้าง จักได้รู้ จักได้เข้าใจง่ายขึ้นในการ เจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมานุปัสสนา องค์มรรคธรรมก็มี อาตาปี สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺยโลเก อภิชฺฌา โทมนสฺสํ ฯ เท่านี้

การฝึกนั้น ต้องฝึกให้ชำนาญ กันหลงลืม มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออกจนแคล่วคล่องชำนาญ จนไม่หลงไม่เผลอ

ขั้นต่อไป เมื่อลมหายใจเข้ายาว ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจเข้ายาว เมื่อลมหายใจออกยาว ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจออกยาวนี้ก็ต้องฝึกหัดกำหนดรู้ให้ชำนาญแคล่วคล่อง

ขณะเมื่อหายใจเข้าสั้น ก็ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจเข้าสั้น ขณะเมื่อหายใจออกสั้น ก็ย่อมตามเห็นตลอดเวลาที่ลมหายใจออกสั้น ต้องมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ สังกัปปะ เป็นองค์มรรคภาวนาประกอบกับจิต กำกับจิต เป็นผู้ดู ผู้รู้ ผู้เห็น เป็นผู้ทำกัมมัฏฐาน กำกับจิตนั้นให้ตั้งมั่นอยู่กับลมหายใจเข้า หายใจออก—ยาว หรือสั้นเท่านั้น คำว่ายาวนั้น นานหน่อย คำว่าสั้นนั้น นิดหน่อย ในจตุกะที่ ๑ นี้ใช้คำว่าปชานาติ คือทำความรู้สึกตัวอยู่ทุกขณะลมหายใจเข้า—ออก—ยาว—หรือสั้น ให้ระลึกรู้สึกตัวอยู่ที่กองลมมีหรือไม่มีเท่านั้น มนสิการใส่ใจอยู่เพียงเท่านี้

ในจตุกะต่อไปทั้งหมดท่านใช้คำว่า สิกฺขติ ศึกษาอยู่ ตามเห็นอยู่ สำเหนียกอยู่ด้วยฉันทะ ศรัทธา วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย ปัญญินทรีย์ ตามเป็นจริงทั้งหมด ปรากฏเกิดขึ้นอย่างไร ปรากฏดับไปอย่างไร สพฺพกายปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ—ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ ย่อมตามเห็นกายทั้งปวงที่ประพฤติเป็นไป ตลอดเวลาที่หายใจเข้าหายใจออก เวที เป็นที่ปรากฏพร้อมกองลมหรือกายสังขารปรากฏเกิด ณ เวทีนั้น ขณะนั้น

หายใจเข้า หายใจออก ฉันทะ วิริยะ จิต สติ สมาธิ ปัญญา เป็นผู้ตามเห็นว่ากายสังขารทั้งปวงปรากฏเกิดขึ้นแล้ว ตามเห็นอยู่ ศึกษาอยู่ซึ่งธรรม ส่วนกายสังขารทั้งปวงคือกายในกายอยู่ รู้ว่า นี้กาย นี้ความเกิดขึ้นแห่งกาย

ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามีติ ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ ย่อมตามเห็นกายสังขารนั้นระงับดับไปขณะเมื่อสิ้นสุดการหายใจเข้า การหายใจออก โยคาวจรผู้มีความเพียรเพ่งพินิจย่อมตามเห็นหรือกำหนดรู้กายสังขารระงับดับไป ขณะเมื่อสิ้นสุดหายใจเข้า—ออก หรือมารู้ความสิ้นสุดดับไปของกายสังขารปรากฏชัดขณะดับไป วยธมฺมา นุปสฺสีวา กายสฺมึ วิหรติ ย่อมตามเห็นกายในกาย ขณะดับไปก็ตามเห็นอยู่ ธรรมชาติของลม—กายมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา เกิดขึ้นเพราะปัจจัย ดับไปเพราะสิ้นปัจจัย ไม่มีใครระงับดับกายสังขารได้ อานาปานสติภาวนา อันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ครบกระบวน ตามหลักวิชาการ (องค์ฌาน – องค์วิปัสสนา) เท่านั้นจะเข้าไประงับดับกายสังขารได้ มิใช่ว่าเราจักระงับกายสังขารหายใจเข้า เราจักระงับกายสังขารหายใจออก อย่างที่ท่านแปลกันไว้ และเข้าใจกันสืบ ๆ มา

ถามว่า เราจักระงับกายสังขารได้อย่างไร ?

ตอบว่า ไม่รู้เหมือนกันซี ท่านว่ากันมาอย่างนั้น เข้าใจกันมาอย่างนั้น นี่ก็ต้องว่าตามท่าน แต่จะถูกตรงสภาวะหรือไม่ก็ไม่รู้เหมือนกัน

เชื่อสืบ ๆ กันมา ว่าตามกันมา มิ **ส่องบาตร** มากไปหรือ ?

จะว่า ส่องก็ส่องละ เพราะท่านให้เข้าใจกันอย่างนั้นนี่

อันสภาพความจริงนั้นเราจะไประงับดับกายสังขารเอาไม่ได้ ต้องระงับดับด้วยวิชชาและจรณะ คือญานและวิปัสสนาสมาบัติเท่านั้น ในที่นี้ท่านให้ตามรู้ตามเห็นกายสังขารนั้นระงับ ขณะเมื่อสิ้นสุดลมหายใจเข้า สิ้นสุดลมหายใจออก ที่ปรากฏอยู่ระงับดับไปตามธรรมชาติกายสังขารที่มีปัจจัยปรุงเป็นธรรมดา รูปกาย หรือกายสังขารนี่แหละมายืนให้รู้ยืนให้เห็น ยืนให้พิสูจน์องค์แห่งมรรคปฏิปทาทั้ง ๘ เป็นผู้รู้ ผู้เห็น ผู้พิสูจน์ ขณะที่ภาวนาอบรมอยู่ อาเสวิตายะ ภาวิตายะ พหุลีกตายะ ยานีกตายะ วัตถุกตายะ ปริจิตายะ สุสมา-

รัทธายะ อบรมรอบสม่ำเสมอ จึงรู้ตามเป็นจริงของสภาวธรรมนั้น ทั้งส่วนรูปธรรม ทั้งส่วนนามธรรม

ผู้ฝึกอบรมกาย อบรมศีล อบรมจิต อบรมปัญญาด้วยภาวนามยปัญญาติดต่อกันมาโดยลำดับ โดยเฉพาะ "กายานุปัสสนา อานาปานสติภาวนา" จนเห็นกายในกาย คือกายสังขารระงับดับไป นับเป็นสภาพธรรมที่ละเอียดประณีต ลมก็ละเอียด กายสังขารก็ละเอียด นามกายก็ละเอียด จิตก็ละเอียดประณีตมากพอสมควร สมาธิภาวนาเล่าก็ละเอียด โดยลำดับ เข้าถึงขั้น อุปจารสมาธิ ความเพียรจักไม่ย่อหย่อน สติจักไม่ฟั่นเฟือน (กุศล จิติยา อสมฺโมสาย ภิยฺโยภาวาย เวปุลฺลาย ภาวนาย ปาริปุริยา) กายจักไม่ซัดส่าย จิตจักตั้งมั่นเป็นอุปจารสมาธิ แล้วจักเห็นกรรมเก่า (วิบาก) ของตน คือธรรมชาติ คือ กายมีความเกิดขึ้น แล้วดับไปเป็นธรรมดา กายสงบ จิตก็สงบ กายเบาจิตเบา กายควรแก่การงาน จิตก็ควรแก่การงาน คือกัมมัฏฐานของตน กายแคล่วคล่องจิตก็แคล่วคล่อง กายอ่อนจิตก็อ่อน ไวต่ออารมณ์ ย่อมตามเห็นกายในกาย ทั้งส่วนเกิดทั้งส่วนดับไป อย่างนี้ชื่อว่าตามเห็นกายในกายอยู่ แม้จนกายสังขารนั้นระงับดับไปตามอำนาจอานาปานสติภาวนา.

เวทนานุปัสสนา

เมื่อกายสงบ จิตก็สงบ กายเบาจิตเบา กายอ่อน จิตอ่อน แม้เวทนาก็ละเอียดอ่อน ขณะเมื่อเวทนาปรากฏ ย่อมตามเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ รู้เวทนา นี้ความเกิดแห่งเวทนา นี้ความดับแห่งเวทนา ปีติปฏิสํเวที อสฺสสิสฺสามีติ ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ ปีติปรากฏเกิดขึ้นขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก ย่อมตามเห็นอยู่ สุขเกิดขึ้นขณะหายใจเข้า ขณะที่หายใจออกก็ย่อมตามรู้ตามเห็นอยู่ หรือปีติอยู่กับลมหายใจเข้า–ออก สุขเกิดขึ้นกับลมหายใจเข้า–ออก จิตตสังขารปรากฏเกิดขึ้น จิตตสังขารระงับดับไปขณะหายใจเข้า—ออก ย่อมตามเห็นอยู่ด้วยภาวนามยปัญญา ศึกษาอยู่อย่างนี้ รู้อยู่อย่างนี้เห็นอยู่อย่างนี้ ซึ่งเวทนาในเวทนา ผัสสะเป็นปัจจัยให้เวทนา ย่อมรู้ว่า นี้ผัสสะ นี้เหตุเกิดขึ้น

แห่งผัสสะ นี้ความดับไปแห่งผัสสะ หรือนี้ผัสสะ นี้ผัสสะสมุทัย นี้ผัสสะนิโรธ เมื่อผัสสะดับ เวทนาก็ดับตัณหา อุปาทาน ภพ ชาติ ก็ดับด้วย เมื่อชาติดับ ชรามรณะก็ดับด้วย ชื่อว่าตามเห็นเวทนาในเวทนาอยู่อย่างนี้ เพื่อละตัณหาจริตละเอียด

จิตตานุปัสสนา

ธรรมชาติเวทนานั้น เป็นเจตสิกธรรมอาศัยจิตเกิดขึ้น เมื่อจิตเกิดเวทนาก็เกิดขึ้นด้วย เมื่อจิตดับ เวทนาก็ดับพร้อมกัน การตามเห็นจิตในจิต มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติตามเห็นอยู่ จิตมีราคะเข้าประกอบ ย่อมรู้ชัดว่าจิตมีราคะเข้าประกอบ จิตปราศจากราคะ ย่อมรู้ชัดว่าจิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะเข้าประกอบ ย่อมรู้ชัดว่าจิตมีโทสะเข้าประกอบ จิตปราศจากโทสะ ย่อมรู้ชัดว่าจิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะเข้าประกอบ ย่อมรู้ชัดว่าจิตมีโมหะเข้าประกอบ จิตปราศจากโมหะย่อมรู้ชัดว่าจิตปราศจากโมหะ ด้วยเหตุแห่งภาวนาอยู่เนือง ๆ จึงรู้จึงเห็นลักษณะของจิตว่ามีธรรมอะไรเข้าประกอบ องค์กุศลมรรคภาวนาเข้าประกอบกำกับจิตอยู่ จิตจึงรู้ได้เห็นได้ว่ามีอกุศลธรรมเข้าประกอบ อกุสลํ ธมฺมานํ ปหานาย วายาโม เพียรละอกุศลธรรมขณะที่ปรากฏเกิดขึ้น หรืออกุศลนั้นดับไปไม่เหลือ ย่อมรู้อยู่อย่างนี้ เห็นอยู่อย่างนี้

การเจริญสติปัฏฐานภาวนา อานาปานสติภาวนา หรือจิตภาวนาอันภิกษุเจริญแล้ว กระทำแล้วให้มาก มรรคภาวนาอันภิกษุเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมทำกิจปราบปรามอกุศลธรรม อันมีโลภะ โทสะ โมหะ และกิเลสที่เป็นบริวารมีอภิชฌา พยาบาท โกธะ อุปนาห ปลาสะ มักขะ มายา สาเถยยะ มานะ ปมาทะ อติมานะ เป็นต้น อันเป็นตัวก่อการยุ่งยาก ก่อการไม่สงบวุ่นวาย นักปลุกระดม ดาวโจร ดาวปล้น ดาวจี้ นักข่มขืน ให้สงบ ระงับ ราบคาบลง ด้วยกุศลภาวนา สติปัฏฐานภาวนา อานาปานสติภาวนา กุศลธรรม เสมือนฝนในฤดูแล้งห่าใหญ่ตกลงมาระงับความร้อนอบอ้าว ระงับฝุ่นธุลีละอองที่ฟุ้งให้หายฟุ้ง ได้รับความร่วมเย็นเป็นสุข ประชากรกสิกรก็สดชื่นแจ่มใส พืชพันธุ์ธัญญาหาร ก็สดชื่นเขียวขจี!

จิตที่เคยเดือดร้อนฟุ้งซ่านไม่สงบ ก็สงบลงด้วยจิตภาวนา ผ่องใสสะอาดบริสุทธิ์ด้วยอานาปานสติภาวนา จิตปราศจากราคะ โทสะ โมหะ จิตก็สงบผ่องใส เป็นจิตประภัสสร จิตย่อมประกอบด้วย ปราโมทย์ ปีติ สุข เอกัคคตา ตั้งมั่น จิตฺตปฏิสํเวที อภิปฺปโมทนํ จิตฺตํ สมาหํ จิตฺตํ วิโมจยํ จิตฺตํ ย่อมตามเห็นจิตปรากฏขึ้นขณะเมื่อหายใจเข้า—หายใจออก จิตบันเทิงปราโมทย์ในขณะหายใจเข้า—หายใจออก สงบ เบา ควรแก่การงาน อ่อนแคล่วคล่องทั้งกายและจิต จิตปราศจากนิวรณ์ เป็นสมาธิย่อมตั้งมั่นคือความเพียรไม่ย่อหย่อน สติไม่ฟั่นเฟือน กายไม่ซัดส่าย จิตจัก ตั้งมั่น ขณะเจริญความเพียรอยู่ กุศลธรรมย่อมเจริญ อกุศลธรรมย่อมเสื่อมไป วิราคะย่อมเกิดขึ้นได้ บำเพ็ญอุเบกขาอยู่ วิราคะย่อมเกิดขึ้นได้ เพราะจิตตั้งมั่นในกุศลภาวนาอยู่ ขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก ย่อมปราโมทย์บันเทิงอยู่ในภาวนานั้น จิตอันประกอบด้วยปีติ สุข เอกัคคตา เจริญแล้ว กระทำแล้วให้มากรักษาไว้ด้วย อนุรักขณา ประธาน ฐิติยา อสมฺโมสาย ภิยฺโยภาวาย เวปุลฺลาย ปาริปุริยา จิตตั้งมั่น สติไม่ฟั่นเฟือน เจริญอยู่ ถึงความไพบูลย์ รู้รอบ นี่แหละอกุศลจึงเกิดร่วมไม่ได้ ท่านเรียกว่า จิตที่ปราศจาก ราคะ โทสะ โมหะ ย่อมรู้สึกตัวอยู่ ย่อมตามเห็นจิตในจิตที่ปราศจากอกุศลขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก จิตอันประกอบด้วยกุศล มรรคภาวนาเพียรละ เพียรเจริญกุศล เพียรรักษากุศลธรรม เป็นผู้ปลดเปลื้องสลัดออกจากอกุศลธรรม เพียรเจริญกุศลธรรม ชื่อว่าละอกุศลธรรม เพียรละอกุศลธรรมชื่อว่าเจริญกุศลธรรม จิตจึงปราศจากอกุศลธรรม ขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก สลัดฉันทราคะออกไป เสมือนหนึ่งรัฐให้เงินจำนวนหนึ่ง เพื่อเปลื้องหนี้ให้กสิกรชาวนา ความมีหนี้เป็นทุกข์ในโลก ความไม่มีหนี้คือการเปลื้องหนี้ชาวนาให้ชาวนาเป็นสุขในโลก การเจริญกุศลภาวนา (ฝน) ให้เต็มรอบชื่อว่าเปลื้องหนี้ใช้หนี้ให้หมดไป สมาธิเอกัคคตาเต็มรอบ ชื่อว่าเปลื้องหนี้ใช้หนี้ สุขแต่สมาธิชื่อว่าออกจากความเป็นทาสออกจากค่ายคุมขังได้ ญาณออกจากวิจิกิจฉาได้ ทั้งนี้อันเนื่องจาก สมาธิอันสัมปยุตด้วยอานาปานสติภาวนานั่นเอง เอกัคคตาสมาธิ สลัดออกจากกามฉันทนิวรณ์ ท่านเปรียบเหมือนความเป็นหนี้ ใช้หนี้ออกจากความเป็นหนี้ได้ **ปีติเจตสิก** สลัดออกจากพยาบาท พยาบาทนิวรณ์ท่านเปรียบ

ความมีโรค เป็นไข้ ปีติเกิดขึ้นแล้ว โทสะพยาบาทก็สงบระงับไป หายจากโรค หายจากความเป็นไข้ วิตกเจตสิก ทำจิตให้สว่างไสว เป็น อาโลกสัญญา จิตโพลงอยู่กลางวันฉันใด กลางคืนก็ฉันนั้น กลางคืนฉันใด กลางวันก็ฉันนั้น วิตกเจตสิก ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ประกอบความเพียรอยู่ สลัดออกจาก ถีนมิทธะ ออกจากค่ายคุมขังได้ วิจารเจตสิก ประคองจิตไว้ตั้งจิตไว้ให้ตั้งอยู่ใน อานาปานสติภาวนา รู้จักทางและมิใช่ทางปฏิบัติ เป็นมัคคา-มัคคญาณทัสสนะ ปฏิปทาญาณทัสสนะ สลัดออกจากวิจิกิจฉาความลังเลสงสัยเสียได้ วิจิกิจฉาอันเป็นทางกันดารมีภัยเฉพาะหน้า ได้เดินทางถึงจุดหมายปลายทางเสียได้ โดยสวัสดี จิตตานุปัสสนานี้ แสดงไว้มากเสียหน่อย เพราะเป็นการทำความเห็นให้ตรง ตัวสติ-ปัฏฐานภาวนา หรือ อานาปานสติภาวนา แม้จะมีสมาธิมากก็ไม่ต้องกลัวโง่ กลัวจะไม่รู้จิตที่มีสมาธิ หรือไม่มีสมาธิก็ย่อมตามรู้ตามเห็นอยู่ จิตยิ่งใหญ่ จิตไม่ยิ่งใหญ่ จิตหลุดพ้นจิตไม่หลุดพ้นย่อมตามรู้ตามเห็นอยู่ ตามความเป็นจริง อย่างน้อยก็เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน ขอให้เจริญสมาธิภาวนามาก ๆ เถิด

ธรรมานุปัสสนา

การเจริญสติปัฏฐานภาวนา ๔ โดยเฉพาะ อานาปานสติภาวนา ประกอบด้วยความเพียร สัมปชัญญะ สติ สังกัปปะ เอกัคคตา อันเป็นองค์มรรคภาวนา เจริญแล้ว กระทำให้มากแล้วจนครบกระบวนธรรมทั้งสมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา ครบองค์ฌานทั้ง ๔ อนุปัสสนาญาณ ๗ วิปัสสนาญาณ ๙ ครบกระบวนแล้ว จิตย่อมอ่อน ควรแก่การงานย่อมน้อมจิตไปในวิชชา และวิมุติ เพื่อนิพพานญาณ ย่อมตามเห็นธรรมในธรรมนั้น ๆ โดยความไม่เที่ยง ขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก ย่อมตามเห็นธรรมในธรรมนั้น ๆ วิราคานุปสฺสี โดยคลายความกำหนัด ขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก นิโรธานุปสฺสี ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความดับ ขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก ปฏินิสฺสคฺคานุปสฺสี ย่อมตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความสละคืน ขณะหายใจเข้าขณะหายใจออก ชื่อว่าตามเห็นธรรมในธรรมอยู่

โดยความเป็นอารัมมณูปณิฌานก่อนแล้ว เจริญวิปัสสนา โดยลักขณูปณิฌาน ถือเอาอารัมมณูปณิฌาน องค์แห่งฌานทั้ง ๕ อันเป็นเจตสิกธรรมนั้นเป็นอารมณ์ กำหนดวิตก วิจารณ์ หรือปีติ สุข เอกัคคตา เกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ด้วยอนิจจานุปัสสี วิราคานุปัสสี นิโรธานุปัสสี ปฏินิสสัคคานุปัสสี ตามเห็นธรรมนั้น ๆ โดยความไม่เที่ยง โดยคลายความกำหนัด โดยความดับ และโดยสละคืนสรรพสังขารทั้งปวง ชื่อว่าเป็นการเจริญกายานุปัสสนา โดยเฉพาะ อานาปานสติภาวนาจนครบทั้ง ๔ จตุกะ เป็นอันจบ อานาปานสติภาวนา แต่เพียงเท่านี้.

ข้อที่ควรสังเกต

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม โดยวิปัสสนาแล้ว พึงถือเอา กาย เวทนา จิต ธรรมนั้นเป็น ปรมัตถอารมณ์เป็นเป้าหมาย ในตอนต้นได้อธิบายไว้บ้างแล้วใน อานาปานสติภาวนา อย่างไรเป็นสมถภาวนา อย่างไรเป็นวิปัสสนา จักไม่กล่าวซ้ำอีกให้เสียเวลา จักแสดงแต่สิ่งที่จำเป็นที่ยังพื้นเผือ ที่ยังไม่ค่อยเข้าใจกัน ในคำว่า ตามเห็นกายในกายอยู่

คำว่า กายในกาย หมายถึงกายส่วนใดส่วนหนึ่ง เพราะกายมีมากด้วยกัน กายส่วนยืน กายส่วนเดิน กายส่วนนั่ง กายส่วนนอน หรือลมหายใจเข้า หายใจออก ก็เป็นกายส่วนหนึ่งเหมือนกัน ลมหายใจวาโยธาตุ เป็นส่วนหนึ่งของกาย จิต กับ วาโยธาตุกรัชกายให้เกิดลมหายใจ ความเพียร สัมปชัญญะ สติ สังกัปปะ ฉันทะ ประกอบกับจิต กำกับจิต ให้จิตนั้นตั้งอยู่กายในกาย ตามรู้ตามเห็นกายในกายอยู่เพียงเท่านี้ อนุปัสสนาเกิดพร้อมเกิดร่วมกับจิตตามรู้ตามเห็นกาย คือ อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา อนัตตานุปัสสนา นิพพิทานุปัสสนา วิราคานุปัสสนา นิโรธานุปัสสนา ปฏินิสสัคคานุปัสสนา

แม้เวทนา จิต ธรรม ก็พึงศึกษากำหนดหมายอย่างเดียวกัน

กายภายใน กายภายนอก ในอานาปานสติบรรพะ

ปสาทรูป รูปรับอารมณ์ เป็นกายภายใน ตั้งอยู่ที่ปลายจมูก หรือริมฝีปากเบื้องบน ลมหายใจเดินตามคลองนาสิกไหลเข้าไหลออกที่คลองนาสิกนี้เท่านั้น สติตั้งไว้ตรงปลาย

จมูก หรือริมฝีปากเบื้องบน ลมเย็น – ร้อนมากระทบปลายจมูก ทำความรู้สึกตัวที่ลมเย็น ลมร้อนมาปรากฏกระทบขณะเข้า ขณะออก ปลายจมูก ปสาทรูป รับรู้กาย คือ ลมหายใจเข้า หายใจออก

กายภายนอก หมายถึงลมหายใจที่ปรากฏ เป็นโผฏฐัพพะรูป เป็นรูปกาย เป็นธาตุกระทบ ขณะลมหายใจเข้า – ออกกระทบปสาทรูป วิญญาณธาตุ จิต สังกัปปะ วิริยะ สัมปชัญญะ สติ เป็นธาตุรู้เกิดขึ้น รู้เย็นร้อนกระทบ หายใจเข้ารูปเย็นกระทบ หายใจออก รูปร้อนกระทบ

เหมือนเราเข้าห้องเย็น พอผ่านประตูห้องเย็น ความเย็นจะปรากฏ เพราะภายในห้องมีลักษณะเย็นมาก ขณะออกจากห้องเย็น จะรู้สึกร้อนมาก เพราะภายนอกอากาศร้อนมาก ความรู้สึกร้อนปรากฏ ด้วยเหตุนี้หายใจเข้าเย็นจึงปรากฏ หายใจออกร้อนจึงปรากฏ จิต ฉันทะ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เข้าประกอบกับจิต กำกับจิต จิตเป็นประธาน ธรรมทั้งหลาย หมายถึง เจตสิกธรรม ให้สำเร็จกิจรู้เห็นลักษณะเย็น ลักษณะร้อนกระทบปสาทรูปแล้วหายไป ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รูปกาย จิต เจตสิก ประพฤติเป็นไปอย่างนี้เสมอ เป็นทุกขัง ทุกขสัจจะ ทุกขสภาวะ

อีกนัยหนึ่งกายภายในหมายถึงกายของเราที่มีอยู่ เป็นอยู่ เป็นรูปใกล้ รูปภายใน รูปปัจจุบัน ศึกษาจึงรู้ ไม่ศึกษาไม่รู้ ไม่ดูไม่เห็น ไม่ทำไม่เป็น ทั้ง ๆ ที่รูปใกล้ รูปภายในปัจจุบันกายมีอยู่ ลมหายใจมีอยู่ ไม่ศึกษากำหนดหมายรู้ปัจจุบันก็ไม่รู้ ไม่เห็น รูป ยืน เดิน นั่ง นอน มีอยู่ ไม่เจริญสติปัฏฐานปัจจุบันธรรมก็ไม่รู้ไม่เห็นเหมือนกัน แต่ก็เดินยืนนั่งนอนได้ แต่ไม่มีสติสัมปชัญญะ ขณะยืน เดิน นั่ง นอน แปลกแต่จริงนะท่าน ประมาทอยู่ตลอดกาล แต่ก็โกหกตัวเองลวงตนเองเสมอตลอดกาล ฉันไม่ประมาท ๆ!!

กายภายนอก หมายถึงกายคนอื่น สัตว์อื่น เป็นรูปภายนอก เป็นรูปไกล เห็นได้กระทบก็ได้ เห็นไม่ได้กระทบได้ก็มี เลว ประณีต หยาบ ละเอียด สุขุม รูปไกล ไม่ศึกษาก็ไม่รู้ ศึกษาจึงรู้

จะรู้ได้อย่างไร ?

รู้ด้วยการศึกษา เรียนรู้ รู้ด้วยสามัญสำนึก รูปกายภายในของเรามีอยู่ รูปภายนอกของบุคคลอื่น สัตว์อื่นก็มีเช่นกัน เวทนา จิต ธรรม ก็พึงศึกษา เช่นเดียวกัน ต้องแก่ เจ็บ ตาย เหมือนกัน

การฟัง การศึกษา เรียนรู้สภาวธรรม สมมติ บัญญัติ มากๆเป็นสุตาวุธ เป็นพหุสุตบุคคลทรงไว้คล่องปาก ขึ้นใจแคล่วคล่อง แทงตลอดด้วยทิฏฐิความเห็นชอบ เช่นศึกษาเรื่องรูปกาย คือ รูป อดีต อนาคต ปัจจุบัน รูปภายใน รูปภายนอก รูปเลว รูปประณีต รูปหยาบ รูปสุขุม รูปใกล้ รูปไกล นี่เป็นหัวใจของการศึกษาสติปัฏฐาน ๔ นักปฏิบัติธรรมทั้งหลาย ต้องศึกษาให้เข้าใจ ทรงจำไว้ให้คล่องปาก คล่องใจ จะได้แทงตลอดด้วยปัญญาสัมมาทิฏฐิ เป็นกุญแจดอกสำคัญที่จะไขเข้าไปรู้สภาวธรรมได้รวดเร็วฉับพลัน เป็นสุตาวุธ ปัญญาวุธ ที่จะรู้ทันข้าศึก ประหารข้าศึกภายใน (ปหานะ) คือ กิเลส รู้จักชัยสมรภูมิ มีอาวุธยิงได้ไกลยิงได้ไว สามารถจับหัวหน้าข้าศึกได้ เป็นนักรบเอก เสนาธิการเอกของพระราชา สุตาวุธ มีอาวุธยิงได้ไกล รู้แจ้งสภาวธรรมเป็นปัญญาวุธยิงได้ไว ตรัสรู้อริยสัจจธรรมได้โดยฉับพลัน ประหารอวิชชา หัวหน้าข้าศึกได้ฉับพลันด้วยปัญญาวุธ

แม้ เวทนา จิต ธรรม หรือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็ต้องศึกษาให้เข้าใจทั้ง ๑๑ กองเช่นกัน คือ รูป นาม ในส่วน อดีต อนาคต ปัจจุบัน ภายใน ภายนอก เลว ประณีต หยาบ สุขุม ใกล้ ไกลฯ เป็นกุญแจสำคัญที่จะรู้แจ้งได้ไว ข้าศึกมาปรากฏเฉพาะหน้า ถ้าไม่รู้มัวเงอะงะลังเลสงสัยอยู่ ข้าศึกก็จะประหารเอาได้ ถ้าศึกษารู้แจ้งแทงตลอดแล้วภายใน ภายนอก ไกลใกล้ ปัจจุบันปรากฏก็รู้แจ้งแทงตลอดได้เลย เท่ากับมีสุตาวุธยิงได้ไกลยิงได้ไวด้วยปัญญาวุธ รู้แจ้งแทงตลอด ตรัสรู้สัจจธรรมได้ฉับพลัน และสามารถจับหัวหน้าข้าศึก คือ อวิชชา และ กิเลส ที่เป็นบริวารได้พร้อมกัน ขณะเดียวกันอารมณ์อันเดียวกันได้ด้วย

รู้กายทั้งภายในทั้งภายนอก ก็เพราะได้ศึกษามาดีแล้ว ภายในของตนก็มี ภายนอกแม้ของบุคคลอื่นสัตว์อื่น ก็มีรูปนามเช่นเดียวกัน อาศัยปัจจัยเกิดเหมือนกัน เท่ากับกำหนดรู้รูปนามทั้งภายในทั้งภายนอก กำหนดรู้ถึงปัจจัยของรูปนาม เป็นสังขตธรรม ธรรมที่มีปัจจัยปรุง เกิดดับพร้อมกันกับรูปนามนั้นคือ

อวิชชา ตัณหา กรรม อาหาร รูป ที่เป็นปัจจุบัน เป็นปัจจัยให้รูปเกิด
อวิชชา ตัณหา กรรม ผัสสะ เวทนา ที่เป็นปัจจุบันอยู่ เป็นปัจจัยให้ เวทนาเกิด
อวิชชา ตัณหา กรรม ผัสสะ สัญญา ที่เป็นปัจจุบันอยู่ เป็นปัจจัยให้ เวทนาเกิด
อวิชชา ตัณหา กรรม ผัสสะ สังขาร ที่เป็นปัจจุบันอยู่ เป็นปัจจัยให้ สังขารเกิด
อวิชชา ตัณหา กรรม นามรูป วิญญาณ ที่เป็นปัจจุบันอยู่ เป็นปัจจัยให้ วิญญาณเกิด

เกิดพร้อมกัน ๒๕ ดับพร้อมกัน ๒๕ ทั้งเกิดทั้งดับพร้อมกัน ๕๐

ศึกษาให้เข้าใจตามนี้ก็จะสิ้นความสงสัยวิจิกิจฉา ก็จะระงับดับไปเองด้วย สุตาวุธ พึงให้มากทรงไว้แคล่วคล่อง แทงตลอดด้วยปัญญาวุธ สัมมาทิฏฐิ เมื่อพึงไม่เข้าใจก็ไต่ถามสอบถามกับท่านผู้รู้ ธัมมัสสากัจฉา สนทนาธรรมตามกาล เมื่อเข้าใจสงบดีแล้ว พึงเจริญสมถภาวนา ปวิเวกาวุธ จิตสงบดีแล้ว พิจารณาธรรมนั้น ๆ ด้วย วิปัสสนาธุระ เป็นปัญญาวุธ รู้ความเกิดของรูปนาม รู้ความดับไปของรูปนาม รู้พร้อมกันไปทั้งส่วนเกิดขึ้นส่วนดับไปของรูปนาม (ปัจจัยของรูปนาม) ด้วย วิปัสนา สัมมาทิฏฐิ เกิด ๒๕ ดับ ๒๕ ทั้งส่วนเกิดส่วนดับ ๕๐ ดังกล่าวแล้วข้างต้น ข้างต้นนั้นเป็นเพียงศึกษาปริยัติให้รู้ให้เข้าใจ ขันธ์ ๕ รูปนามเท่านั้น รู้ปัจจัยของขันธ์ ๕ รูปนามเท่านั้น เป็นสุตาวุธ แล้วมาอบรมสมถภาวนาสงบ เป็น ปวิเวกาวุธ การรู้แจ้งแทงตลอดด้วยการอบรมวิปัสนา สัมมาทิฏฐิ ตามความเป็นจริงด้วย ปัญญาวุธรู้แจ้งแทงตลอดรูปนามที่เกิดขึ้นแล้วดับไปจริง ปัจจัยของรูปนามก็มีจริงด้วยวิปัสสนาญาณ ที่ได้อบรมมาดีแล้วติดต่อกันนั่นเอง

ต้องอบรมพิสูจน์ด้วย ปัจจุบันธรรม ปัจจุบันกาล เท่านั้น คืออบรมกาย อบรมศีล อบรมจิต อบรมปัญญา ด้วยกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติเข้าประกอบกับจิต กำกับจิตให้รู้เห็นเฉพาะปัจจุบันธรรมเท่านั้น ขณะกายยืน กายเดิน กายนั่ง กายนอน เป็นปัจจุบันอยู่ ฉันทะ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เข้าประกอบกับจิต ตามเห็นกายในกายเป็นปัจจุบันอยู่ รู้กายปัจจุบันขณะเกิดขึ้น ขณะดับไปตามสภาพธรรมดา

หรือ เจริญ “ อานาปานสติภาวนา ” มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก อบรมจิตอบรมปัญญาให้ตั้งอยู่รู้อยู่กับปัจจุบันของกองลมเข้า — ออก ลมมีอยู่ ถ้าไม่ตั้งสติปัญญากำหนด

ปัจจุบันอยู่ จักไม่รู้ว่ามีลมหายใจเข้าออก ส่วนลมหายใจเข้ายาวออกยาว เข้าสั้นออกสั้นอย่างไรนั้น ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น

ขณะกายเกิดขึ้นนั้นอย่างไร ?

ขณะกายดับไปนั้นอย่างไร ?

ทั้งส่วนเกิดขึ้นส่วนดับไปนั้นอย่างไร ?

อบรมสติปัญญาให้รู้ทันปัจจุบันธรรมที่มี ที่เป็นขณะนั้น พร้อมทั้ง จิต ฉันทะ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เจตสิกธรรม ฝ่ายกุศล หรือ องค์แห่งมรรคภาวนาตามรู้ตามเห็นปัจจุบันธรรมอยู่ชื่อว่า เจริญกุศลมรรคภาวนาอยู่ รู้กายหรือรูปนาม รู้ความเกิดของรูปนาม รู้ความดับของรูปนาม รู้เพียงแค่นี้ก่อน ชื่อว่า เจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐานอยู่ หรือแม้ เวทนา จิต ธรรม ก็ฝึกอบรมปฏิบัติอย่างเดียวกัน

กันลืม กาย เวทนา จิต ธรรม มีอยู่

องค์แห่งมรรคภาวนา คือ สติ เข้าไปตั้งฐานธรรมนั้น ๆ ย่อมมีด้วย นี้เป็นข้อปฏิบัติ วิธีปฏิบัติ ส่วนผลของการปฏิบัติจะบังเกิดขึ้นอย่างไร ขึ้นอยู่กับการเจริญมรรคภาวนากระทำให้แจ้งมากน้อยเท่านั้น หวังว่านักศึกษาพอจะทำความเข้าใจได้ดีตามนี้.

๒๐ ก.พ. ๒๑

ขออาชีวมัฏฐกสีล

มยํ ภนฺเต ติสรเณน สห อฏฺฐอาชีวมฏฺฐกสีลานิ ยาจาม
ทุติยมฺปิ มยํ ภนฺเต ติสรเณน สห อฏฺฐอาชีวมฏฺฐกสีลานิ ยาจาม
ตติยมฺปิ มยํ ภนฺเต ติสรเณน สห อฏฺฐอาชีวมฏฺฐกสีลานิ ยาจาม
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส (๓ จบ)
พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ, ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ, สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ
ทุติยมฺปิ พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ
ทุติยมฺปิ ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ
ทุติยมฺปิ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ
ตติยมฺปิ พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ
ตติยมฺปิ ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ
ตติยมฺปิ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ
ติสรณคมนํ นิฏฺฐิตํ (รับ—อาม ภนฺเต)

ปาณาติปาตา **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
อทินฺนาทานา **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
อพฺรหฺมจริยา **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
มุสาวาทา **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
ปิสุณายวาจาย **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
ผรุสฺสายวาจาย **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
สมฺผปฺปลาปา **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ
มิจฺฉาอาชีวา **เวรมณี** สิกฺขาปทํ สมาทิยามิ

อิมานิ อฏฺฐอาชีวมฏฺฐกสีลานิ (นิจฺจสีลวเสน รกฺขิตฺตพฺพานิ) (รับสาธุ ๓ หน)

สีเลน สุคฺคตึ ยนฺติ สีเลน โภคสมฺปทา สีเลน นิพฺพุตึ ยนฺติ ตสฺมา สีลํ วิโสธเย.

มอบ**อัตภาพ (ตน) ต่อพระ** สัมมาสัมพุทธเจ้า อิมาหํ ภนฺเต ภควา อตฺตภาวํ ตุมฺหากํ ภควโต ปริจฺจามิ

ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ ข้าพระองค์ทั้งหลาย ขอมอบอัตภาพร่างกายนี้ต่อพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

มอบ**อัตภาพ (ตน) ต่ออาจารย์** กัลยาณมิต อิมาหํ ภนฺเต อาจริย อตฺตภาวํ อาจริยสฺส ปริจฺจามิ

ข้าแต่อาจารย์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย (—กระผม — ดิฉัน) ขอมอบอัตภาพร่างกายนี้แด่ท่านอาจารย์.

ขอพระกัมมัฏฐาน

นิพฺพานสฺส เม ภนฺเต สจฺฉิกรณตฺถาย กมฺมฏฺฐานํ เทหิ. **ข้าแต่** ท่าน (อาจารย์) ผู้เจริญ ขอท่าน (อาจารย์) จงได้ให้พระกัมมัฏฐานแก่ข้าพเจ้า (ทั้งหลาย) เพื่อจะกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน.

๑๗.๑๙๑ **อุปสรรคอภิรมย์** อ. ๑๐๗

โทร. ๒๒๒ — ๔๐๘๓

จาก "ลานศิลป์กวีสาส์นสารนันท์"

ของ พระครูสันตาจารคุณ สนฺตาโร ภิกขุ

○

๐๑) อุปสรรคแวดล้อม หลากหลาม
บุกบั่นหมั่นพยายาม อย่าคร้าม
จงใจไป่เกรงขาม แข็งต่อ สู้เอย
ใจเด็ดเผด็จโดดข้าม ขัดข้องทุกสถาน

๐๒) งานคือชีวิตน้อม นับถือ
จงจิตคิดฝึกปรือ เปรื่องไว้
ประโยชน์ส่วนตนหรือ ประโยชน์ ท่านนา
หมายมุ่งผดุงดีได้ เด่นไว้เป็นขวัญ

๐๓) จงฟันอุปสรรคสะบั้น บั่นทอน
ทุกข์บีบรัดรานรอน ลิดทิ้ง
อุปสรรคกับอุปกรณ์ เกิดคู่ กันเอย
เห็นอุปสรรคสวยพริ้ง เพราะน้ำใจหาญ

๐๔) สำราญอุปสรรคน้อม สอนเรา
เป็นสิ่งกันหงอยเหงา ง่วงได้
อุปสรรคตรึกฝึกเชาวน์ ชวนเชี่ยว ชาญเอย
ผิปราศอุปสรรคไซร้ แซ่ซร้องควรไฉน

๐๕) ใครขลาดอุปสรรคนั้น นึกชัง
มัวแต่ฝันหวานหวัง วุ่นว้า
รอคอยประดุจดัง ดาวร่วง ได้ฤๅ
จงรวบรวมใจกล้า แกร่งสู้สะอึกโหม

๐๖) โจมตีอุปสรรคต้าน แตกกระจาย
จับเคราะห์รุมเราะราย รอบข้าง
ทุกข์ยากยั่วขวัญหาย เห็นสิ่ง โศกฤๅ
บิดประตูเคราะห์ขว้าง ทุกข์ทิ้งโศกสูญ

๐๗) พูนใจแข็งแกร่งกล้า การผจญ ทุกข์เอย
อุปสรรคหรือจักทน จิตได้
ตราบใดที่ยังชนม์ ชีพอยู่
สู้สุดกำลังไซร้ ไป่ท้อถอยหนี

๐๘) แม้มีอุปสรรคร้อย รังควาน
ทุกข์ยากหลากประการ กลัดกลุ้ม
โศกนักรักประหาร หักอก ยอมฤๅ
ถือดั่งพังเสียงทุ้ม ระนาดฆ้องประโคมขาน

๐๙) ถึงกาลเดือนมืดนั้น มีดาว
ระยิบระยับพราว พร่างฟ้า
ดาราสุกสกาว เปรียบอุป สรรคเอย
ดังเช่นยินเสียงจ้า เจื้อยแจ้วไก่ขัน

๑๐) สีสันอุปสรรคนั้น น่านิยม
ดำขลับควรชวนชม ชอบสู้
ถึงรสเฝื่อนผ่าดขม ขามขยาด ไฉนนา
ดีเด่นอุดมรู้ เรื่องแล้วบำรุงขวัญ

๑๑) พลันยึดอุดมคติต้าน อุปสรรค
ถึงมากมิควรจัก ย่อท้อ
เป็นมนุษย์สุดที่รัก การต่อ สู้นา
หวังชนะตนเป็นข้อ เอกแท้สงคราม

๑๒) ยามรบรับรุกสู้ สุดกำลัง
ยามพ่ายผิดพลาดหวัง จิตตั้ง
ฟ้าลั่นครั่นครืนดัง อย่าตื่น ตระหนกเอย
สู้อีกครั้งแสนครั้ง สิบล้านอสงไขย

๑๓) ผจญภัยอุปสรรคต้อง มโนธรรม
ผจญทุกข์พิบัติกรรม ก่องไว้
ผจญรักระวังถลำ ถลาดิ่ง
ผจญสิ่งขัดข้องไซร้ ชักซ้อมใช้สมอง

๑๔) ตรองตามความคิดค้น คติเตือน ตนเอย
ยามพบอุปสรรคเยือน หยัดสู้
ยิ่งยากยิ่งเห็นเสมือน มาเพิ่ม พลังนา
เป็นคู่ซ้อมสนิทกู้ เกียรติให้ใจหาญ

๑๕) สถานการณ์ปกติซ้อม สอบพลัง
อุปสรรคสนับสนุนหวัง ชนะนั้น
คราวทุกข์รุกประดัง โศกประ — เดฤๅ
ใจแกร่งแข็งข้ามขั้น ขีดกั้นกระโดดแผลว

๑๖) แวววามงามสิ่งล้วน เลิศเลอ
อุปสรรคจักจัดเสนอ แนะไว้
อันกุหลาบงาม เออ! หนามย่อม แหลมเอย
หนามทิ่มแทงทนได้ ดอกนั้นดมหอม

๑๗) ยอมเสียสละเพื่อได้ ดีอุดม
ยอมทุกข์ขุกเข็ญชม ชอบแล้ว
ยอมยากบากบั่นสม ศักดิ์มนุษย์
ยอมอดทนผลแผ้ว ผ่องพริ้งพรสวรรค์

๑๘) ผจงสรรพ์อุปสรรคตั้ง ตรึกตรอง
หวังชนะนิยมสมอง มุ่งสู้
มั่นหมายไผ่ผ่นสนอง เสนอค่า ตนเอย
วิริยภาพพลันกู้ เกียรติสร้างสมถวิล

๑๙) ยินดีประกอบด้วย ดีสรรค์
ศรีสวัสดิ์วิเศษอัน เอกล้ำ
สำเร็จเผล็ดผลพลัน เพราะชนะ ตนเอย
เผยแผ่ผลประโยชน์ซ้ำ ซาบซึ้งมโนธรรม

๒๐) นำมโนธรรมเทิดพ้น ภัยมหันต์
อุปสรรคจักผลักดัน ด่าวดิ้น
มโนธรรมด่ำดื่มขวัญ คงอยู่
ทุกอย่างเสียสูญสิ้น ไป่สิ้นมโนธรรม

๒๑) ดำรงชีพแช่มชื้น ชมธรรม
ถึงพิบัติบาปกรรม กีดกั้น
ดวงใจแจ่มใสสำ — คัญกว่า ใดเอย
ยึดหลักธรรมประจำนั้น นั่นแล้วเลอขวัญ

๒๒) พลันพบมิตรสนิทซึ้ง ภราดร
ประยุกต์ประโยชน์พร พรั่งพร้อม
ถึงมีอุปสรรคถอน ทุกข์โทษ ออกเอย
เพราะเดชธรรมนำน้อม แนบไว้ใจสวรรค์

๑๓.๒๐ น. ๓ พ.ย. ๒๔๙๘

๒๓) อันอุปสรรคนี้นี้ น่าอภิรมย์
มีมากควรชวนชม ชิดใกล้
สังเกตเลศนัยนิยม ยิ้มต่อ สู้เอย
ถือหลักมโนธรรมไว้ เลิศล้วนควรถนอม

๒๔)　จอมคุณเลอเลิศฟ้า　ศีลธรรม
จอมจิตสูงศักดิ์กรรม　ก่องแก้ว
จอมมนุษย์พุทธองค์สำ—　คัญกว่า ใครเอย
จอมพิชิตอุปสรรคแผ้ว　ผ่านนั้นอรหันต์

๒๕)　ขวัญใจประกอบด้วย　ดีสม ควรเอย
ขวัญจิตสนิทธรรมนิยม　ยิ่งไว้
ขวัญวรรณเด่นอุดม　ดูสง่า งามนา
ขวัญเลิศประเสริฐได้　ดั่งด้าวแดนสวรรค์

๒๖)　ประพันธ์อุปสรรคต้าน　เตือนตน
"สงบ รัตนารยานนท์"　นึกน้อม
อภิรมย์ข่มใจผล　ผุดผ่อง
อุปสรรคจักแวดล้อม　ล่วงพร้อมเพียรประหาร

๒๗)　ผลาญอุปสรรคตัดข้าม　ขามไฉน
อุปสรรคสนับสนุนไกร　แกร่งกล้า
ชีวิตเพื่อธรรมไพ—　โรจน์รุ่ง เรืองเอย
ขอเพื่อนผู้ร่วมฟ้า　เฟื่องฟุ้งทุกสมัย

๒๘)　อดิศัยศรีสวัสดิ์พ้น　ภัยผอง เพื่อนเอย
ถือหลักธรรมเสนอสนอง　หน่วงน้าว
คติบ่ราชญ์ประเสริฐตรอง　ตรูจิต
มิตรภาพทุกฝีก้าว　เกียรติล้ำกรรมเกษม

๒๙)　เปรมใจอุปสรรคสู้　สุดพลัง
ถึงพ่ายชีวิตยัง　อยู่ไซร้
สู้ สู้ อย่าถอยหลัง　หวังแนะ เพื่อนเอย
ธรรมประดับใจได้　เด่นด้วยดีอุดม

๓๐) เชิญชมชวนแช่มชื้น มโนธรรม
เสริมสง่ามหาบุญกรรม ก่องแก้ว
อุปสรรคจักประจำ ใจอยู่ ก็ดี
จงจิตประสิทธิ์ผลแผ้ว ผ่องยิ้มบำรุงขวัญ

๑๔.๑๐ น. ๕ พ.ย. ๑๘

๓๑) พลันเพลินพลิกแผ่นฟ้า ฟูสวรรค์
ถือทุกข์เป็นคำขวัญ สติรู้
อุปสรรคย่อมผลักดัน เด่นสง่า
ยึดอุดมคติสู้ สุดให้ใจถึง

๐๗.๑๕ น.

๓๒) พึงเพ็ญพูนเพิ่มสร้าง บารมี
หมายมุ่งคุณธรรมทวี วิเศษไว้
อบรมบ่มความดี เดชเด่น
หวังสนิทชิดชมใกล้ พุทธเจ้าจอมสงฆ์

๐๗.๒๒ น. ๒๗ ก.ย. ๑๗

๓๓) ใจตรงตรองตรึกซึ้ง "ธรรมสภา"
อุปสรรคจักมีมา มุ่งสู้
พึ่งธรรมเพิ่มปัญญา คุณพิเศษ
ศีลสมาธิรู้ ระลึกไว้ใจสูง

๓๔) จูงใจใสสงบน้อม กัมมัฏฐาน
เพียรวิปัสสนางาน จิตแผ้ว
รู้ความไม่เที่ยงขาน ทุกข์อนัต — ตาเอย
เต็มเปี่ยมบารมีแล้ว ล่วงพ้นภัยผอง

๑๗.๒๒ น. ๕ ม.ค. ๒๖

๓๕) ตรองหาทางหลุดพ้น ทารุณ โลกเอย
อาสวะ, หมักหมม, คุณ ค่าไร้
อุตสาหะทบทุน ผลประโยชน์ เกิดแล
ธรรมปฏิบัติบุญได้ เด่นพ้นบาปผลาญ

๓๖) มารเป็นอุปสรรคต้อง เตรียมผจญ
ขันธ์, กิเลส, รุกรน เร่าร้อน
เทวบุตร, บาปบุญดล จิตวุ่น วายเอย
มัจจุมารแทรกซ้อน สุดสู้ศึกเหิม

๒๐.๒๒ น.

๓๗) เสริมพลังธรรมแกร่งแกล้ว การบุญ
เพียรอุตสาหะทุน ทุ่มสู้
ปัญญาศรัทธาหนุน สติมั่น — คงเอย
อุปสรรคแวดล้อมรู้ เท่าแล้วแก้ไข

๓๘) ฉับไวมีสติทั้ง ปัญญา
เพียรเพ่งพิจารณา แน่วน้อม
โสมนัสอุเบกขา สังเวช ไฉนฤๅ
ยกจิตข่มจิตซ้อม จิตเข้มแข็งขันต์

๒๐.๔๕ น. ๕ ม.ค. ๒๑

๓๙) ฟาดฟันอุปสรรคด้วย พลินทรีย์
เพียรเพิ่มบุญบารมี มากไว้
มงคลสุขสวัสดี ปฏิบัติ ยิ่งเอย
ชนะอุปสรรคได้ จิตต้องฝึกฝน

๔๐) อดทนเพียรสติพร้อม ปัญญา
เคารพพระศาสดา แน่นแฟ้น
มีจิตมั่นศรัทธา พุทธศาสน์
อุปสรรคดูเหมือนแม้น คู่ซ้อมพลังขวัญ

๔๑) วันคืนคิดต่อสู้ ศึกมาร ผจญเอย
รบรุกประจันบาน บัดนี้
กิเลส, อภิสังขาร, ขันธ์, ข่ม เหงเอย
เทพบุตร, มัจจุ, จี้ พวกห้ามารโหม

๔๒) ภัยโถมทุกข์ทับขยี้ ขยับไฉน
เร็วเร่งรีบดับไฟ ลุกไหม้
เกิดแก่ เจ็บตายใคร หนีรอด เพื่อนเอย
อุปสรรคหนักหนาไซร้ ฮึดสู้สุดศิลป์

๔๓) ชีวินระหว่างไข้ แก่ตาย
ควรเร่งรวมบุญขยาย ใหญ่กว้าง
ประพฤติประโยชน์หมาย ธรรมประดับ ใจเอย
อบอุ่นคุณธรรมอ้าง อิ่มซึ้งศักดิ์ศรี

๑๑.๑๑ น. ๑๐ ม.ค. ๒๑

๔๔) ยินดีอุปสรรคพ้น ผ่านมา
ท่านจิตตรักษ์เมตตา แผ่กว้าง
บำรุงสติปัญญา พิมพ์บท กวีเอย
"สงบ" ประพันธ์เพลินอ้าง อิ่มเอื้ออภิรมย์

๒๓.๓๗ น.

๔๕) สมบัติกวีแผ่กว้าง ใกล้ไกล
ประดับโลกงามวิไล เลิศแล้ว
บรรดาประชาไทย ชนะอุป — สรรคเทอญ
ขอเพื่อนร่วมโลกแผ้ว ผ่านพ้นภัยผอง

๒๕.๕๐ น. ๘ ม.ค. ๒๑

หมายเหตุ อุปสรรคในการประพันธ์ "อุปสรรคอภิรมย์"
ใช้เวลาประพันธ์ ๓ ปี ห่างกัน ๒๓ ปี
บทที่ ๑ — ๓๐ พ.ศ. ๒๔๙๘
บทที่ ๓๑ — ๓๒ พ.ศ. ๒๕๑๗
บทที่ ๓๓ — ๔๕ พ.ศ. ๒๕๒๑

อุปสรรคยิ่งหนาหนักสนุกใจ

อ. ๑๐๕

อุปสรรคหนักหนาภูผาทับ
ยากขยับเขยื้อนอย่างไรไหว
เหลือบแลทิศหาทางพลางปลอบใจ
ต่อสู้ใหม่—สู้ใหม่ใช้อุบาย

ด้วยปัญญาสติวิริยะ
ธรรมอุดมสัจจะประจงหมาย
มุ่งเพื่องานหน้าที่ทุ่มใจกาย
ถึงเช้าสายบ่ายเย็นอย่าเว้นทน

๒๑.๕๒ น.

เรื่องของงานต้องมีอุปสรรค
ยิ่งหนาหนักสนุกใจเมื่อได้ผล
ถึงถูกเชือดเนื้อเลือดไหลอาบตน
ยอมตายอย่างบัณฑิตชนชื่นใจเอย

๒๒.๑๕ น. ๒๔ ม.ค. ๒๐

อุปสรรคสดุดี

อ. ๑๐๖

อุปสรรคสรรค์สง่าซึ้ง สดุดี
พื้นผ่ายากเข็ญมี จิตกล้า
ความลำบากหากทวี ทุกข์เท่า ใดฤๅ
ยืนหยัดเยาะเคราะห์ท้า เท่าฟ้าสู้เสมอ

เออ อุปสรรคจักล้อม ลอบรัง — ควานฤๅ
มีเคราะห์เฉพาะประดัง เดือดร้อน
คือการเพิ่มเสริมพลัง ใจต่อ สู้เอย
เหมือนเช่นเห็นนางฟ้อน แวดล้อมร้องประสาน

สำราญการต่อสู้ สุดใจ
ถึงพ่ายพรั่นพรึงไย อย่าแพ้
ใจตัวใช่ใจใคร ใครข่ม ได้ฤๅ
ใจเด็ดดีเด็ดแท้ ทุกข์ลี้หนีสูญ

สมบูรณ์ธรรมเทิดไว้ คุณธรรม
สมบัติกุศลกรรม ก่องแก้ว
สมศรีศักดิ์สวัสดิ์สำ — ราญมนุษย์ — ธรรมนา
สมดั่งจินตนาแล้ว เลิศน้ำใจสูง

๐๒.๑๓ น. ๑๒ ต.ค. ๕๘

สู้สุดศิลป์

อุปสรรคหนาหนักพื้น ภูผา
กับระเบิดวางขวา ขนาบซ้าย
พาลมารมุ่งริษยา อย่าย่อ ท้อถอย
ปราบบาปบุกรุกร้าย เร่งสร้างบุญกุศล

มงคลธรรมคตินัอม แนบฤดี
ทศบารมี มั่นไว้
อบรมบ่มอินทรีย์ ธรรมพละ เร็วเทอญ
ชนะอุปสรรคได้ เมื่อสิ้นกิเลสสรรพ์

ชีวันยังไม่สิ้น ภัยขนาน ขนาบแล
ต้องแบ่งหน้าที่งาน เกี่ยวข้อง
ส่วนตนส่วนรวมผสาน เสียสละ
ประโยชน์ไพบูลย์ต้อง ต่อสู้สุดศิลป์

๑๑.๐๐ น. ๑๗ ม.ค. ๒๑

อบรม–กาย, ศีล, จิต, ปัญญาให้บริสุทธิ์ยิ่งๆ ขึ้น

การอบรมกาย อบรมศีล อบรมจิต อบรมปัญญา ให้บริสุทธิ์ตามขั้น — ตอน —

โลกียะ

บุคคลตั้งแต่แรกเกิดเป็นทารก ได้รับอบรมทางกาย จากมารดาบิดาพี่เลี้ยงนางนม ให้มีกายสะอาด เสื้อผ้าสะอาด มีระเบียบคือศีลในการกิน — การดื่ม เป็นเวลา ไม่ให้มูมมาม— ทานพอเหมาะพอควร อิริยาบถในการเดิน — นั่ง — นอน — ก็ให้มีระเบียบเรียบร้อย ถึงคราวพูดได้ ก็สอนให้พูดเพราะๆ อบรมจิตให้ร่าเริงผ่องใส เสริมให้มีปัญญาริเริ่ม ตามภาวะของตน

เมื่อเจริญวัยก็ส่งเข้าอบรมตามสถาบันต่างๆ เพื่ออบรม — กาย, ศีล, จิต, ปัญญา ให้มีความรู้ความสามารถตามชั้นภูมิ ประถม, มัธยม, เตรียมอุดมและมหาวิทยาลัย จนมีสติ, ปัญญา สามารถประกอบอาชีพ—ต่างๆได้ แต่ก็ได้ชื่อว่า อบรมข้างนอกเข้ามาข้างใน—คือ กาย, จิต ปัญญามี — แต่ เพิ่ม ราคะ โลภะ โทษะ โมหะ ตัณหา, มานะ ทิฏฐิ ให้มากขึ้น ของเก่าที่มีอยู่แล้วก็ไม่นำออก กลับเอาของใหม่ทับถมขึ้นอีก เพิ่มทุกข์ เพิ่มโทษ, เกลียดทุกข์, เกลียดโทษก็พยายามกอดรัดทุกข์ — โทษ, ด้วยความเพลิดเพลิน ประมาท มัวเมา นำเอา — ทุกข์ — เอาโทษ เข้ามาเพิ่ม แล้วจะหมดทุกข์หมดโทษได้เมื่อไร จึงต้องเวียนว่ายตายเกิดในวังวน คือ วัฏฏะ ๓ การทำที่เป็นบุญ, เป็นบาป, มิใช่บุญ, มิใช่บาป — เป็น "กรรมวัฏฏ์" ผลคือขันธ์ อันสุดพิเศษ อันเกิดแต่กรรม เป็น วิปากวัฏฏ์ สิ่งที่สัตว์ทำอันเศร้าหมองมีอวิชชา, ตัณหา อุปาทานเป็นต้น เป็น กิเลสวัฏฏ์

กรรม หมุนไปด้วย เป็นปัจจัยให้ —

เกิด วิบาก คือผล

กิเลส หมุนไปด้วย เป็นปัจจัยให้เกิด

กรรม ทำให้ มีผล

วิบากหมุนไปด้วย เป็นปัจจัยให้เกิด กิเลสเหตุก่อกรรม หมุนอยู่อย่างนี้ ไม่มีต้น ไม่มีปลาย, ผลุบๆโผล่ๆ จมอยู่ในวังวน เวียนวนอยู่อย่างนี้ มนุสฺส ปฏิลาโภ ความเกิดเป็นมนุษย์ เป็นลาภอันประเสริฐ และเกิดมาในกาลที่พระพุทธศาสนา ยังมีอยู่ ปรากฏอยู่ไม่มีฉันทะ พอใจ พยายามว่ายเข้าฝั่ง, เห็นฝั่งอยู่รำไรแล้ว, ไม่เพิ่มความเพียร เมื่อว่ายใกล้ฝั่งเข้าไปเท่าไร ก็มีความสุขเท่านั้น ห่างจากทุกข์ ภัย โทษ ที่ต้องโต้คลื่น—ลม— ในวังวนทุกที, แม้ทาน, ศีล, ภาวนา, ในชั้นนี้ เป็นทาน, ศีล, ภาวนา, ในกามาวจร รูปาวจร อรูปาวจร ยังไม่มั่นคง ต้องเวียนว่าย ตาย เกิด เป็นโลกีย์

โลกุตตระ

การ อบ—รม—กาย, ศีล, จิต, ปัญญา ศึกษา ข้างในที่ตัวเรา—สัจจธรรม—อยู่ที่ตัวเรานี่ คือ ขันธ์ ๕ ฯ

ให้รู้ว่า ขันธ์ ๕ นี้ คือ—

๑. รูป ดิน, น้ำ, ไฟ, ลม, ประชุมกันเป็นกาย มีสภาวะแตก—ดับ ไปเพราะเย็นและร้อน, มีขณะสาม—อุปาทขณะ เกิดขึ้น ฐีติขณะ ตั้งอยู่, ภังคขณะ ดับไป

๒. เวทนา กินสุข, กินทุกข์, กินไม่สุข กินไม่ทุกข์ มีขณะสาม—เกิดขึ้น, ตั้งอยู่, ดับไป

๓. สัญญา จำรูป, เสียง, กลิ่น, รส, โผฏฐัพพะ, ธรรมารมณ์ที่เกิดกับใจ, มีขณะสาม เกิดขึ้น, ตั้งอยู่, ดับไป,

๔. สังขาร เจตสิกธรรม คืออารมณ์ที่เกิดกับใจ ส่วนดี เป็น กุศล ส่วนชั่ว เป็นอกุศล ส่วนไม่ดี ไม่ชั่ว กลางๆเรียกอัพยากฤต มีขณะสาม เกิดขึ้น, ตั้งอยู่ ดับไป

๕. วิญญาณ ความรู้แจ้ง อารมณ์ที่มากระทบตาเป็นต้น, มีขณะสาม เกิดขึ้น, ตั้งอยู่, ดับไป

ขันธ์ ๕ นี้ ย่นเรียกว่า นาม ๑ รูป ๑

เวทนา, สัญญา, สังขาร, วิญญาณ รวมเรียกว่า นาม หรือ นามธรรม

รูปคงเป็น รูป หรือ รูปธรรม

รูป – นาม นี้ เกิดขึ้นพร้อมกัน – ดับพร้อมกัน

เกิดขึ้นเพราะ ปัจจัย, ดับก็เพราะ ปัจจัย ดับไปก่อน

เป็น อนิจฺจํ ไม่เที่ยง ตั้งอยู่ไม่ได้ ต้องเกิด – ดับ –

เป็น ทุกฺขํ ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนไป –

เป็น อนตฺตา บังคับบัญชาไม่ได้ ใช่สัตว์ บุคคล ตัว ตน เราเขา

หายใจเข้า แล้วไม่ออก ก็ดับ – ตาย

หายใจออก แล้วไม่เข้า ก็ดับ – ตาย

ที่ยังเข้า ยังออกอยู่ – เพราะปัจจัยใหม่

เมื่อทรงจำสูตรขันธ์ ๕ นี้ได้แล้ว ก็ดำเนินไปตามมรรคปฏิปทา จัดระบบชีวิตเสียใหม่ ให้เดินอยู่ในสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา คือมรรค มีองค์ ๘

สัมมาทิฏฐิ รู้ชอบ –	คือรู้เห็นอริยสัจจ์ ๔.
สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ –	ดำริออกจากกาม ๑.
	ดำริในอันไม่พยาบาท ๑.
	ดำริในอันไม่เบียดเบียน ๑.
สัมมาวาจา เจรจาชอบ–	คือเว้น วจีทุจริต ๔.
สัมมากัมมันตะ ทำการงานชอบ–	เว้นกาย ทุจริต ๓.
สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ –	เว้นจากความเลี้ยงชีวิตโดยทางผิด
สัมมาวายามะ เพียรชอบ –	เพียรระวังป้องกัน มิให้

ปาปอกุศลที่ยังไม่เกิด ไม่ให้เกิด ๑.

เพียรละ เพียรประหารบาปอกุศลที่มีอยู่แล้ว ๑.

เพียรเจริญกุศล คือ, สมาธิ, ศีล ปัญญา และโพธิ—ปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ๑.

เพียรรักษากุศล คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่ให้เกิดขึ้นนั้น ตั้งมั่นไม่ฟั่นเฟือน—หลงลืม ให้เจริญไพบูลย์ ๑.

สัมมาสติ ระลึกชอบ— ระลึกในสติปัฏฐานทั้ง ๔.

สัมมาสมาธิ ตั้งใจไว้ชอบ— คือเจริญฌานทั้ง ๔.

องค์มรรคทั้ง ๘ นั้น

รู้เห็นชอบ ดำริชอบ สงเคราะห์เข้าใน มรรคปัญญา

วาจาชอบ การงานชอบ เลี้ยงชีวิตชอบ สงเคราะห์เข้าใน มรรคศีล

เพียรชอบ, ระลึกชอบ ตั้งใจชอบ สงเคราะห์เข้าใน มรรคสมาธิ

มรรค ศีล มรรค สมาธิ มรรค ปัญญา, เป็นทางสายกลาง, เป็นข้อปฏิบัติให้ดำเนินไปถึง ความดับทุกข์ เป็นตัวกำกับ เป็นตัวประกอบจิต ให้ตั้งอยู่ในที่สมควร อธิจิตฺเต จ อาโยโค หาที่ตั้งให้จิต ให้จิตตั้งอยู่ในที่สมควร คือ สติปัฏฐาน ๔

กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา, จิตตานุปัสสนา, ธัมมานุปัสสนา เป็นอารมณ์เป็นทางเดินของจิต มายืนให้รู้, ให้เห็น ให้พิสูจน์ ให้บรรลุ อาตาปี ความเพียร สัมปชัญญะ ความรู้ตัว สติมา ความระลึก, สังกัปปะ ความดำริ เป็นผู้ทำกรรมฐาน เข้าไปรู้, เข้าไปเห็น, เข้าไปพิสูจน์ เข้าไปบรรลุ ว่า กาย, เวทนา, จิต, ธรรม, เป็นอนิจจัง—ไม่เที่ยง ตั้งอยู่ไม่ได้, เป็นทุกขัง ทนอยู่ไม่ได้ เป็นอนัตตา—บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตน—บุคคล เรา—เขา, เกิด—ดับ—เพราะปัจจัย,

ในกรรมฐานทั้ง ๔ นั้น ข้อกายานุปัสสนา ว่าด้วย อานาปานสติภาวนา อัสสาสะ หายใจเข้า ปัสสาสะ หายใจออก เป็นกายส่วนหนึ่ง ท่านเรียกว่า กายสังขาร ลมหายใจเข้า, ลมหายใจออกนี้ ปรุงแต่งรูปกายให้เป็นอยู่ได้, ชีวิตนี้เป็นอยู่ด้วย ลมหายใจ เมื่อมีเครื่องมือ คือลมหายใจแล้ว ต้องศึกษาว่า ลมหายใจนี้ ปรากฏเกิดที่ไหน ผู้มีปลายจมูกยาว ลมปรากฏเกิด — ที่ปลายจมูก ผู้ที่จมูกสั้น—ลมปรากฏเกิด ที่ริมฝีปากบน, ทำมนสิการกำหนด — อยู่ที่ลมหายใจกระทบตรงนี้ ซึ่งเป็นฐานเป็นเวทีของกองลมทั้งปวง แล้วลงมือฝึก ตั้งกายให้ตรง นั่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย, ดำรง สติ สัมปชัญญะ ไว้ให้มั่นเฉพาะหน้ากองลม หายใจเข้า ก็ให้รู้ หายใจออก ก็ให้รู้ ขณะหายใจเข้า ขณะหายใจออก มีสติสัมปชัญญะ ระลึก—รู้ทันลมเข้า ลมออก, องค์กุศลมรรคภาวนา ก็เข้าถึงพร้อมหมด ถ้าระลึก — รู้, ไม่ทันลมเข้า, ลมออก สติสัมปชัญญะพร้อมทั้งมรรคภาวนา ก็ตกจากฐานเวที ของลม, ต้องตั้งมนสิการกำหนดใหม่ — ยังองค์แห่งความเพียรคือ ความพอใจให้ถึงพร้อม, พยายาม เริ่มปรารภความเพียรให้กล้าหาญ อาจหาญ — เป็นไปในกาย, ในจิต ตั้งจิตไว้ประคองจิตไว้ ข่มจิตไว้ ในกองลมเข้า ลมออก ตั้งประธานความเพียรให้ติดต่ออยู่ในจิตไม่ให้ขาดสายได้—จิตมีเจตสิก คือความเพียร สัมปชัญญะ สติมา สังกัปปะ สมาธิ เข้าประกอบแล้ว, ก็ตั้งมั่นอยู่ในกองลมนั้น

"สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ" เมื่อบุคคลมีจิต ตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว — ความจริงมีปรากฏอย่างไร ย่อมทราบอย่างนั้น สมาธิภาวนา อันประกอบด้วยอานาปานสติ เมื่อบุคคลกระทำให้มากแล้ว ก็จะเกิดพร้อมกับอานาปานะ คือ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ทุกขณะจิต เพราะองค์มรรคภาวนากุศล คือ อาตาปี ความเพียร สัมปชาโน ความรู้สึกตัวอยู่ สติมา ความระลึกได้อยู่, สังกัปปะ ความดำริอยู่ จิตขณะนั้นก็จะว่างจากอกุศลวิตก คือกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก ด้วยเหตุที่เจริญกุศลวิตก คือ เนกขัมมวิตก อัพยาบาทวิตก อวิหิงสาวิตก สมาธิภาวนา ขณะนั้น ทำกิจสลัดออกจากกาม สลัดออกจากพยาบาท สลัดออกจากวิหิงสา ชื่อว่าสลัดออกจากอกุศลวิตกและนิวรณ์เป็นต้น, ขณะนี้ ลมคงเป็นลม จิตคงเป็นจิต เพราะจิตมาตั้งอยู่—กับกุศลวิตก เจริญอยู่ในกุศล, กระทำ

ให้มากในกุศลสัมมาปฏิปทา ทุกวินาที มีความเป็นอยู่ชอบ มีความเพียร มีสติอยู่กับกาย เวทนาจิต ธรรม

การศึกษาอยู่อย่างนี้ การฝึกอบรมจิตอยู่อย่างนี้ ชื่อว่า อบรมกาย, อบรมศีล, อบรมจิต อบรมปัญญา เพื่อความสะอาด เพื่อความบริสุทธิ์ ของกาย, ของศีล, ของจิต, ของปัญญา, เป็นการเสริมสร้างบารมีธรรม ให้สมบูรณ์เต็มรอบ เป็นการอบรมศรัทธา ความเชื่อ วิริยะ ความเพียร สติ ความระลึก สมาธิ ตั้งจิตมั่น, ปัญญาตัดสินเด็ดขาด ให้อินทรีย์แก่กล้า มีพลังมาก เข้าประกอบกับจิตให้เป็น ใหญ่ในกองการกุศลธรรม — อันเป็นการสร้างสรรพ — กุศลมรรค สามารถปกครอง กายและจิตให้เป็นอยู่ชอบ — กันความประมาท กันความเมา เป่าความมืดออกไป นำความเพ่งเล็งออกไปพร้อมโทมนัส คือ โทษะ พยาบาท อรติ ความไม่ยินดีออกไปพร้อมกันด้วย,

ชื่อว่าดำเนินไป—ก้าวไปสู่ ทางสงบ ทางร่มเย็น ทางสันติ เดินไฟตามความรู้แจ้ง เห็นจริงอบรมกาย, ศีล จิต ปัญญาให้บริสุทธิ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป—ก็จะถึงจุดระเบิดปรมาณูทำลายกิเลสได้สิ้นเชิง เข้าสักวันหนึ่ง, ถ้าไม่หยุดยั้งการงาน คือ กรรมฐาน

สาธุชน ผู้ใคร่ ปฏิบัติธรรม — พึงตามศึกษา
การฝึกสมาธิภาวนา
อานาปานสติภาวนา สติปัฏฐาน
ของ
พระคุณเจ้า พระปัญญาพิศาลเถร จิตฺตรกฺโข ธรรมสภาวัดราชประดิษฐ
ซึ่งมีปรากฏอยู่ในเล่มนี้แล้ว เป็นหนทาง ที่ชอบ ที่ถูก
ตามพระบาลีสติปัฏฐานสูตร, สติปัฏฐานปาฐะ ทำให้ผู้
ปฏิบัติไม่เนิ่นช้า ฯ

คุณานุสสติ

คืออารมณ์ที่ผู้ทำให้ผู้อื่นได้รับความสุขกายสุขใจ อันเป็นคุณประโยชน์ที่ควรระลึกถึง หรือธรรมที่บุคคลหาได้ยาก เรียกว่าบุพพการีบุคคล ย่อมมีประจำกาย, ประจำจิต, ของคุณพี่ทั้งสองที่เคารพรัก อันเป็นปกตินิสัย เป็นร่มโพธิ์ ร่มไทร, ให้บุตรหลาน น้อง ตลอด ญาติ มิตร ได้ร่มเย็นเป็นสุข ที่มาสู่ร่มเงาทั่วหน้ากัน, ทั้งนี้เพราะบุญบารมี, อันมีในก่อน, สนับสนุนให้เกิดมาในสกุลที่มีขนบธรรมเนียมประเพณีมีศีลมีธรรมและมั่งคั่ง เป็นปัจจัยให้มีโอกาสอบรมกาย อบรมศีล อบรมจิต อบรมปัญญา ซึ่งมีมาแต่เดิมนั้นให้ผ่องใส

ยิ่งเมื่อเจริญวัย ได้ไปอบรมศึกษาในสำนักที่เจริญอีก เฉพาะคุณพี่ผู้ชาย มีโอกาสเข้าศึกษา ณ ร.ร. วชิราวุธ จนจบหลักสูตร สถาบันนี้เพรียบพร้อมไปด้วยขนบธรรมเนียมประเพณี, ศีลธรรม อบรมกุลบุตรเพื่อไปเป็นผู้นำในวงราชการ และประเทศชาติ เมื่อจบการศึกษาแล้วก็เข้ารับราชการในกรมสรรพากร เป็นเนติแบบอย่างของผู้ร่วมงาน มีความสันโดษมักน้อย กายสะอาด จิตสะอาด การงานสะอาดซื่อสัตย์ที่สุด ส่องไปถึงเครื่องนุ่งห่มแต่งตัวก็สะอาดเรียบร้อย เครื่องใช้ไม้สอยวางไว้เป็นที่ แม้คุณพี่ผู้หญิงก็อบรมมาดีเป็นกุลสตรีมีนิสัยอัธยาศัยรักธรรมอันขาว มีใจเป็นยุติธรรม ทำอะไรมีระเบียบเป็นขั้นเป็นตอนมีใจเป็นผู้เสียสละ เป็นพรหมของบุตรญาติพี่น้อง แม้ผัสสะกับอารมณ์ที่ชอบ, ไม่ชอบใจแล้ว ไม่รับเอามาคิด ไม่รับเอามาไว้ วางไว้ตรงนั้นก็หมดเรื่อง เพราะผัสสะมันประสานรูป—นาม—ทั้งภายในภายนอกให้ติดต่อกันแล้ว เมื่อรู้แล้วมันประสานกันแล้ว ก็สลายลงตรงนั้น จึงไม่เก็บเอามาคิด ไม่เก็บเอามานึก นี่เป็นความสุขทางใจ เป็นปกติของคุณพี่ จึงเป็นผู้ใคร่ปฏิบัติธรรมในพรรษา ต้นเดือน ส.ค. พ.ศ. ๒๕๐๙ ได้ตัดอารมณ์ ข่มนิวรณ์—ถอนอาลัย—ไปเข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐานกับพระครูวิบูลยสมาธิวัตร์ เจ้าอาวาสวัดเขาพระ อ. แก่งคอย จ.ว. สระบุรี โดยมี แม่สอิ้ง มีทรัพย์ ไปเป็นสหายธรรมด้วย

เมื่อไปถึงสำนักวัดเขาพระ ท่านพระครูอาจารย์จัดให้พักผ่อนก่อน รุ่งขึ้น—ก็ขอกรรมฐานขึ้นขันธ์ ๕ ตามแบบพระครูอาจารย์ เมื่อได้สถานที่เป็นสัปปายะ บุคคลเป็นสัปปายะ ได้อาจารย์ผู้สามารถนำทางให้ ก็มีความวางใจ เย็นใจ ตื่นเช้า หุงต้มอาหารทำบุญตักบาตร เป็นทางนำใจให้ผ่องใส ให้อ่อน ไม่กระด้างในขั้นต้น ให้กล้าหาญ อาจหาญในกรรมฐานที่พระครูอาจารย์บอกให้ เมื่อทานข้าวเช้าแล้ว เริ่มทำกรรมฐาน มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติระลึกอยู่กับกรรมฐานนั้น ตอนเที่ยงหยุดทานอาหารแล้ว เริ่มต้นไปอีกจนบ่าย ๕ โมงเย็น พักผ่อนอาบน้ำทานข้าวแล้วทำความเพียร จนง่วงก็หยุด เมื่อหยุดต้องทำสติกำหนดว่าหยุด, นอน, อบรมอยู่อย่างนี้ได้ ๒ วัน พระครูอาจารย์ให้ไปส่งอารมณ์คุณพี่ก็เรียนกับท่านว่า ดิฉันไม่เห็นอะไรเลย ไม่รู้อะไรเลย ไม่ทราบว่าจะส่งอารมณ์อย่างไรพระอาจารย์ก็อบรมให้กล้าหาญ อาจหาญ ให้มีความเพียรในการงาน ความจริงนั้น สิ่งๆที่คุณพี่ว่าไม่เห็นอะไร ไม่รู้อะไรนั้น สิ่งๆนั้น คุณพี่ได้รู้ ได้เห็น แต่ไม่ทราบว่าตัวรู้อยู่ ตัวเห็นอยู่, เพราะไม่เคยอบรมมาก่อน จึงได้เรียนพระอาจารย์ไปอย่างนั้น

ครั้นพระอาจารย์จะแนะให้ชี้ให้ว่าอย่างนี้แหละคือตัวรู้—ตัวเห็นผู้กระทำกรรมฐานก็จะจำเอาไป นึกเอา เดาเอา, ตามคำพระอาจารย์บอก—ผู้ไม่รู้อย่างนี้ดี, ต้องให้ตัวรู้แจ้งนั้นเกิดมาจากใจ มิใช่ นึกเอา เดาเอา

คุณพี่เพียรทำกรรมฐานไป ๗ วัน ก็แล้ว ๑๕ วัน ก็แล้ว จนเกือบครบเดือนอารมณ์ก็เหมือนเดิม จนสหายธรรมทั้งหลายเขาส่งอารมณ์กันหมด หยุดกรรมฐานแล้วทำกันเป็นหมู่เป็นพวก เขาก็มีอารมณ์ส่ง เป็นไงท่าน ถ้าท่านไปอยู่ในสภาพอย่างนั้น คนนั้นเขาก็ได้ คนนี้เขาก็เห็น ต่างสบายใจกันไป เหลือแต่คุณพี่คนเดียวโดดเดี่ยวเดียวดายน่าใจหายไหม ว้าเหว่ไหม น่าสงสารไหม? นี่ดีแต่เห็นเป็นคุณพี่ ผู้มุ่งธรรมปฏิบัติอุทิศร่างกายอัตภาพนี้ แด่พระผู้มีพระภาคเจ้าและพระอาจารย์ที่เคารพ ตั้งหน้าอุตสาหวิริยะอันแรงกล้า พอเช้า ๒๘ สิงหาคม ๒๕๐๙ ก็ไปส่งอารมณ์กับพระครูอาจารย์อีก ว่ายังไม่มีอารมณ์ส่ง ชะรอยพระอาจารย์คงมีญาณรู้ได้ ท่านก็อบรมปลอบใจให้เกิดฉันทะความพอใจมี

ใจร่าเริง กล้าหาญ อาจหาญ มีความเพียรที่จะทำกรรมฐาน แล้วท่านกล่าวว่าคุณโยมไปเถิด ความจริงมีอย่างไร ก็จะทราบอย่างนั้น เมื่อได้พรจากพระครูอาจารย์ ใจอิ่มเอิบมีฉันทะวิริยะไปกุฏิกรรมฐานจัดแจงทานอาหารเช้า เริ่มลงมือทำกรรมฐาน จนกระทั่งถึงบ่าย ๔ โมงเย็น มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ มีสัมมาสังกัปปะ มีสมาธิ ประกอบจิต เจริญอานาปานสติภาวนา ติดต่อโดยลำดับไม่ขาดสาย จนเห็นกายในกาย คือกายสังขารระงับดับไป ลมก็ละเอียด กายสังขารก็ละเอียด นามกายก็ละเอียด จิตก็ละเอียด ประณีตมาก พอสมควรสมาธิภาวนาเล่าก็ละเอียดปราโมทย์ ความบันเทิง ปีติความอิ่มใจเกิดกับลมหายใจนั้นเป็นนิรามิสสุข แม้อามิสสุขใด ๆ ก็ไม่เทียบเท่า พอได้รับความสุขดังกล่าว เกิดนิกันติความพอใจในสุข ความเพียรตัวประคองจิตย่อหย่อน สติไม่ตั้งมั่น สัมปชัญญะหย่อนไป ไม่สามารถที่จะระลึกรู้ว่า ลมหายใจที่ละเอียดมีอยู่ โทษะคือความกลัวตายเกิดขึ้น จิตที่เป็นสมาธิตกจากฐาน พอได้อารมณ์ ที่รู้ที่เห็น มีผลให้เกิดสุข ก็รีบไปส่งอารมณ์กับพระครูอาจารย์ว่า ดิฉันได้อารมณ์อย่างนั้น ๆ เมื่อท่านฟัง ก็ถามว่า ตื่น—หรือหลับไป เรียนท่านว่าตื่นอยู่ ท่านว่า เออ! ลงทุนอุตสาหกรรมมาเกือบเดือนแล้ว ได้อารมณ์อย่างนี้ ก็ประเสริฐแล้ว ถ้าไม่หยุดกรรมฐาน มีความเพียร สติ สัมปชัญญะ ทำให้ติดต่อไปจะดีมาก ยากจะได้นะคุณโยม

นี่เป็นผลของการลงทุนในพระกรรมฐาน โบราณท่านว่า แม้ได้แค่ "ช้างปรบหู งูแลบลิ้น" เป็นบุญลาภ อันประเสริฐแล้ว ฯ

แล้ววันรุ่งขึ้น ท่านเรียกประชุมสหายธรรม, เทศน์ญาณให้ฟัง ผมถามว่าคุณพี่ฟังรู้เรื่องไหม ? บอกว่าเข้าใจและรู้เรื่องแต่พูดให้ฟังไม่ถูก ระหว่างคุณพี่บำเพ็ญกรรมฐานที่สำนักวัดเขาพระพอดีทางวัดสร้างพระอุโบสถขึ้นใหม่ ผูกพัทธสีมา หล่อพระพุทธรูปประจำหน้าบรรณพระอุโบสถ คุณพี่ได้สร้างถวายไว้ประจำหน้าบรรณอุโบสถ ๑ องค์

คุณพี่ทั้งสองเมื่อถึงเวลากรรมชรูปผู้ตกแต่งเลี้ยงดูร่างกาย มากระทบให้เกิดทุกขเวทนา บุตรธิดาก็พยายามขวนขวายหาสิ่งซึ่งจะบำบัดทุกขเวทนาให้คุณพ่อคุณแม่ เพื่อให้

บรรเทาทุกข์ แม้ใครว่าสิ่งใดดี ก็หามาซึ่งสิ่งนั้น ก็ยอมสละทั้งกำลังแรงกาย แรงใจ และทรัพย์ นับว่าเป็นบุคคลหาได้ยาก ทั้งผู้บุพการีและกตัญญูกตเวทิตาบุคคล ขออนุโมทนาฯ

เมื่อกรรมชรูปจะหยุดก็เข้าโรงพยาบาลตามวาระเวลา ไม่ห่างกัน—ไปที่เดียวกัน พระราชทานเพลิงศพพร้อมกัน อาจิณกรรมที่เป็นนิสัย อุปนิสัย ของคุณพี่ทั้งสอง ล้วนสั่งสมมา มีแต่กรรมขาว กรรมดี ย่อมเป็นกรรมนิมิตที่ดีเกิดขึ้นในมโนทวาร ส่งผลให้คตินิมิต เป็นสุขคติ ไปสู่ภพที่สบาย ในสัมปรายภพ

บุญกุศลอันใดที่บุตรธิดา ญาติมิตร บำเพ็ญแล้วแลกำลังบำเพ็ญอยู่ หรือจะมีขึ้นต่อไป จงเป็นพลวปัจจัยสนับสนุนให้คุณพี่ทั้งสองพร้อมสรรพสัตว์ได้สมประสงค์ในคติภพนั้น ๆ เทอญ.

ฉ่ำ—สะอาด—นุชนาฏ

๒๕ ก.พ. ๒๑

มงคล*

(ทางก้าวหน้าของชีวิต)

เหตุเกิดมงคล

สมัยพุทธกาล มหาชนแห่งชมพูทวีปได้ประชุมกันในที่ต่าง ๆ มีประตูเมือง ศาลาว่าราชการ และที่ประชุม เป็นต้น โดยมอบเงินให้แก่ผู้ที่สามารถเล่านิทานต่าง ๆ ให้ฟัง เช่น เรื่องรามเกียรติ์ เป็นต้น เรื่องหนึ่ง ๆ ใช้เวลาเล่าถึงสี่เดือนก็มี

วันหนึ่ง มีปัญหาเกิดขึ้นในที่ประชุมนั้นว่า "อะไรหนอเป็นมงคล, ใครรู้จักมงคลบ้าง ?"

ชายคนหนึ่งเอ่ยขึ้นว่า "ข้าพเจ้ารู้จักมงคล, รูปที่เห็นแล้วเป็นมงคลในโลก คือคนบางคนลุกขึ้นแต่เช้าตรู่ เห็นนกแอ่นลมบ้าง มะตูมอ่อนบ้าง หม้อน้ำเต็มบ้าง ปลาตะเพียนสดบ้าง หรือธรรมชาติอันสวยสดงดงามอย่างอื่น ๆ บ้าง นี้เรียกว่ารูปที่เห็นแล้วเป็นมงคล"

เมื่อได้ยินเช่นนั้น ชายอีกคนหนึ่งจึงกล่าวว่า "ผู้เจริญ, ชื่อว่าตาย่อมเห็นรูปสะอาดบ้าง ไม่สะอาดบ้าง ดีบ้าง ชั่วบ้าง น่าชอบใจบ้าง ไม่น่าชอบใจบ้าง ถ้าจะถือว่ารูปที่ตามองเห็นเป็นมงคล ก็จะต้องเป็นมงคลทั้งหมดนะซิ

เพราะฉะนั้น รูปที่เห็นแล้วจึงไม่ใช่มงคล เสียงที่เราฟังต่างหากเป็นมงคล คือบางคนลุกขึ้นแต่เช้าตรู่ ได้ฟังสรรพสำเนียงแห่งธรรมชาติอันไพเราะ เช่น เสียงคลื่นลม เสียงนกร้อง เสียงน้ำตก น้ำไหล เป็นต้น หรือได้ฟังเสียงเพลง เสียงดนตรีอันไพเราะ เสียงฉอเลาะ เสียงอวยพรซึ่งกันและกัน เป็นต้นบ้าง นี้เรียกว่า เสียงที่ฟังแล้วเป็นมงคล"

ในทันทีนั้น ชายอีกคนหนึ่งได้กล่าวคัดค้านว่า "ผู้เจริญ, ธรรมดาหูย่อมได้ยินเสียงดีบ้าง ไม่ดีบ้าง น่าชอบใจบ้าง ไม่น่าชอบใจบ้าง ถ้าถือว่าเสียงที่หูฟังเป็นมงคลแล้วก็จะต้องเป็นมงคลไปทั้งหมดนะซิ

---

* หลักสูตรวิชาศีลธรรม ร.ร. เตรียมทหาร ชั้นปีที่ ๒

เพราะฉะนั้น เสียงที่ฟังแล้วจึงไม่ใช่มงคล แต่อารมณ์ที่ใจทราบแล้วต่างหากเป็นมงคล คือ คนบางคนลุกขึ้นแต่เช้าตรู่ได้กลิ่นดอกไม้อันหอมหวล ได้ลิ้มอาหารอันโอชา หรือได้ผัสสะอันอ่อนละมุล นี้เรียกว่า อารมณ์ที่ทราบแล้วเป็นมงคล"

ฝ่ายที่ไม่เห็นด้วยก็โต้ว่า "ธรรมดาอารมณ์ที่ใจรับรู้ ย่อมมีดีบ้าง ไม่ดีบ้าง เป็นอิฏฐารมณ์น่าปรารถนาบ้าง เป็นอนิฏฐารมณ์ไม่น่าปรารถนาบ้าง ถ้าถือว่าอารมณ์ที่ทราบแล้วเป็นมงคล ก็จะต้องเป็นมงคลไปทั้งหมดนะซิ"

การถกเถียงเรื่องมงคล ไม่อาจจะยุติกันได้ แตกแยกกันออกเป็นพรรคเป็นพวก ต่างก็หาเหตุผลมาหักล้างซึ่งกันและกันจนเวลาล่วงไปถึง ๑๒ ปี

ครั้นแล้ว เทพและมนุษย์ทั้งหลายได้พากันไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า ณ เชตวันมหาวิหาร ใกล้กรุงสาวัตถี ทูลถามว่า "พระพุทธเจ้าข้า, อะไรหนอชื่อว่าเป็นมงคลในโลกนี้ ?"

ณ โอกาสนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสมงคล ๓๘ ประการดังต่อไปนี้ —

ชุดที่ ๑
- มงคลที่ ๑ การไม่คบคนพาล
- มงคลที่ ๒ การคบบัณฑิต
- มงคลที่ ๓ การบูชาสิ่งที่ควรบูชา

ชุดที่ ๒
- มงคลที่ ๔ การอยู่ในประเทศอันสมควร
- มงคลที่ ๕ ความเป็นผู้มีบุญอันทำไว้ในกาลก่อน
- มงคลที่ ๖ การตั้งตนไว้ชอบ

ชุดที่ ๓
- มงคลที่ ๗ ความเป็นผู้ดับมาก
- มงคลที่ ๘ มีศิลปะ
- มงคลที่ ๙ มีระเบียบวินัย
- มงคลที่ ๑๐ วาจาเป็นสุภาษิต

ชุดที่ ๔
- มงคลที่ ๑๑ การบำรุงมารดาบิดา
- มงคลที่ ๑๒ การสงเคราะห์บุตร
- มงคลที่ ๑๓ การสงเคราะห์ภรรยา (สามี)
- มงคลที่ ๑๔ การทำงานไม่อากูล

ชุดที่ ๕
มงคลที่ ๑๕ ทาน
มงคลที่ ๑๖ การประพฤติธรรม
มงคลที่ ๑๗ การสงเคราะห์ญาติ
มงคลที่ ๑๘ การทำงานไม่มีโทษ

ชุดที่ ๖
มงคลที่ ๑๙ การงดเว้นจากบาป
มงคลที่ ๒๐ ความสำรวมจากการดื่มน้ำเมา
มงคลที่ ๒๑ ความไม่ประมาทในธรรม

ชุดที่ ๗
มงคลที่ ๒๒ ความเคารพ
มงดลที่ ๒๓ ความถ่อมตน
มงคลที่ ๒๔ ความสันโดษ
มงคลที่ ๒๕ ความกตัญญู
มงคลที่ ๒๖ การฟังธรรมตามกาล

ชุดที่ ๘
มงคลที่ ๒๗ ความอดทน
มงคลที่ ๒๘ ความเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย
มงคลที่ ๒๙ การได้เห็นสมณะ
มงคลที่ ๓๐ การสนทนาธรรมตามกาล

ชุดที่ ๙
มงคลที่ ๓๑ การบำเพ็ญตะบะ
มงคลที่ ๓๒ การประพฤติพรหมจรรย์
มงคลที่ ๓๓ การเห็นอริยสัจ
มงคลที่ ๓๔ การทำให้แจ้งซึ่งนิพพาน

ชุดที่ ๑๐
มงคลที่ ๓๕ จิตไม่หวั่นไหว
มงคลที่ ๓๖ จิตไม่โศก
มงคลที่ ๓๗ จิตปราศจากธุลี
มงคลที่ ๓๘ จิตเกษม

ก่อนอื่น เราควรทราบว่า คำว่า "มงคล" นั้น หมายถึงอะไร, และมีความหมายอย่างไร ?

หนังสือแบบเรียนวิชาศีลธรรมของกระทรวงฯ บอกว่า "มงคลคือเหตุที่ทำให้ได้รับความสุขความเจริญ หรือสิ่งที่นำความสุขความเจริญมาสู่ตน" และว่า "มงคลที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงทุกข้อนี้มิใช่เรื่องโชคลาง หรือใช้วัตถุสิ่งของมาช่วยให้เกิดมงคลอย่างไรเลย หากแสดงถึงความประพฤติปฏิบัติที่ดีงามทางกายวาจาใจ ในลักษณะต่าง ๆ ว่าเป็นมงคล อันเป็นเรื่องที่มีเหตุผลและตรองตามให้เห็นจริงได้ สวัสดิมงคลทางพระพุทธศาสนาจึงอยู่ที่การกระทำอันถูกต้องของคนเรานี่เอง มิได้อยู่ที่ด้วยสวมศีรษะ หรือตะปูเกือกม้าเป็นต้น"

หนังสือมงคลชีวิตภาค ๑ ของ พ.อ. ปิ่น มุทุกันต์ ให้ความหมายไว้ว่า "มงคลหมายถึงเหตุที่ทำให้คนเจริญขึ้น มีฐานะดีขึ้น มีวิชาความรู้ดีขึ้น มียศมีตำแหน่งสูงขึ้น ได้บรรลุความสำเร็จแห่งความปรารถนาสมบูรณ์ยิ่งขึ้น" แล้วสรุปไว้ว่า "มงคลคือทางแห่งความก้าวหน้าของชีวิต"

มงคล ๓๘ ประการนี้ เป็นปัฐยาวัตฉันท์อันไพเราะ เฉพาะเนื้อมงคลมีอยู่ ๑๐ พระคาถา (ชุด) ถ้าจะเปรียบกับยารักษาโรคก็เป็นยาชุด ชุดหนึ่ง ๆ ประกอบด้วยตัวยา ๓ อย่างบ้าง ๔ อย่างบ้าง ๕ อย่างบ้าง ผู้ต้องการหายจากโรคภัยไข้เจ็บ จะต้องรับประทานให้ครบชุด ฉันใด ผู้หวังความเจริญก้าวหน้าในชีวิตจะต้องประพฤติปฏิบัติมงคลให้ครบชุด ฉันนั้น

ต่อไปนี้ จะอธิบายมงคล ๓๘ ประการ ตามลำดับไป

ชุดที่ ๓

อเสวนา จ พาลานํ ปณฺฑิตานญฺจ เสวนา
ปูชา จ ปูชนียานํ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า: การไม่คบคนพาล ๑ การคบบัณฑิต ๑ การบูชาสิ่งที่ควรบูชา ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๑

การไม่คบคนพาล

ก่อนอื่น เราจะต้องรู้จักคนพาลเสียก่อน คนพาลคือใคร, มีลักษณะหน้าตาอย่างไร? เพื่อเราจะปฏิบัติตามมงคลข้อนี้ได้ถูกต้อง

ลักษณะคนพาล ๓ อย่าง

๑. ทุจฺจินฺติตจินฺตี คนพาลมีปกติคิดชั่ว

คือ — คิดโลภอยากได้ของเขา

— คิดพยาบาทปองร้ายเขา

— เห็นผิดจากคลองธรรม

๒. ทุพฺภาษิตภาสี คนพาลมีปกติพูดชั่ว

คือ — พูดเท็จ

— พูดคำหยาบ

— พูดส่อเสียด

— พูดเพ้อเจ้อ

๓. ทุกฺกฏกมฺมการี คนพาลมีปกติทำชั่ว

คือ — ฆ่าสัตว์

— ลักทรัพย์

— ประพฤติผิดในกาม

พฤติการณ์ของคนพาล ๕ อย่าง

๑. คนพาลชอบแนะนำในทางผิด

๒. คนพาลชอบทำเรื่องที่ไม่ใช่ธุระของตัว

๓. คนพาลชอบผิด

๔. คนพาลแม้เขาพูดดี ๆ ก็โกรธ

๕. คนพาลไม่ยอมรับรู้ระเบียบวินัย

เมื่อเรารู้จักลักษณะของคนพาล และพฤติการณ์ของคนพาลดีแล้ว สิ่งแรกที่เราจะต้องระมัดระวังที่สุดก็คือ "ระวังอย่าให้ตัวเราเป็นพาลเสียเอง" แล้วอันดับต่อไปจึงค่อยระวังอย่าคบคนพาล

คำว่า "อเสวนา คือไม่คบ" นั้น หมายความว่า การไม่ตกลงปลงใจร่วมกันกับคนพาลในกิจกรรมต่าง ๆ เช่นไม่เที่ยวด้วยกัน ไม่กินด้วยกัน ไม่นอนด้วยกัน เป็นต้น

ในทางตรงกันข้าม การคบคนพาลนั้น หมายถึงการตกลงปลงใจร่วมกันในกิจกรรมต่าง ๆ เช่นเที่ยวไหนเที่ยวด้วยกันกินไหนกินด้วยกัน นอนไหนนอนด้วยกัน ถึงคราวอด ๆ ด้วยกัน ถึงคราวอิ่ม ๆ ด้วยกัน ยามทุกข์ ๆ ด้วยกัน ยามสุข ๆ ด้วยกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน ว่าอะไรว่าตามกัน เป็นต้น

การไม่คบคนพาลนั้น ท่านคงไม่หมายความถึงขนาดไม่ให้มอง ไม่ให้พูด และไม่ให้เข้าใกล้คนพาลเสียเลย เมื่อบังเอิญจะต้องมอง มีกิจจะต้องพูด หรือจำเป็นจะต้องอยู่ใกล้ ก็คงจะไม่ถือว่าเป็นการคบคนพาล

จะอย่างไรก็ตาม ท่านสอนว่า ถ้ามีทางพอจะหลีกเลี่ยงได้ การไม่มอง ไม่พูด และไม่อยู่ใกล้กับคนพาลเสียเลยนั้น เป็นการดี

เหตุใดท่านจึงห้ามไม่ให้คบคนพาล ?

โบราณกล่าวไว้ว่า "คบพาล ๆ พาไปหาผิด คบบัณฑิต ๆ พาไปหาผล" และว่า "มีคนพาลเป็นมิตร ร้ายกว่ามีบัณฑิตเป็นศัตรู" นั้น ย่อมเป็นความจริง เพราะการมีคน

พาลเป็นมิตรมีแต่จะชักนำไปสู่ความพินาศย่อยยับถ่ายเดียว ส่วนบัณฑิตนั้นแม้ใครจะตั้งตนเป็นศัตรูกับท่าน ๆ ก็ไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใคร

ที่ว่า มีคนพาลเป็นมิตรมีแต่จะชักนำไปสู่ความพินาศย่อยยับนั้น หมายความว่า เดิมเราดื่มสุราไม่เป็น คนพาลก็จะชักนำให้เราดื่ม เราเล่นการพนันไม่เป็น คนพาลก็จะสอนให้เราเล่น เราเที่ยวผู้หญิงเสเพลไม่เป็น คนพาลก็จะพาเราเที่ยว จนเรากลายเป็นนักสุรา นักเลงเล่นการพนัน และนักเลงหญิง ไปในที่สุด เป็นต้น

พระตรัสว่า "บุคคลคบคนเช่นใด ย่อมเป็นคนเช่นนั้น"

เพราะฉะนั้น การไม่คบคนพาล จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๒

การคบบัณฑิต

คำว่า "บัณฑิต" อาจแยกออกได้เป็น ๒ คือ "บัณฑิตในทางโลก" กับ "บัณฑิตในทางธรรม" บัณฑิตในทางโลกได้แก่ผู้ที่สำเร็จการศึกษาในสาขาวิชาต่าง ๆ จากมหาวิทยาลัย ทั้งในและนอกประเทศ เช่นอักษรศาสตร์บัณฑิต นิติศาสตร์บัณฑิตและแพทย์ศาสตร์บัณฑิต เป็นต้น ส่วนบัณฑิตในทางธรรม ได้แก่ผู้ที่มีคุณธรรมความดีในจิตใจ รู้จักผิดชอบชั่วดี เป็นต้น

ลักษณะบัณฑิต ๓ อย่าง

๑. สุจินฺติตจินฺตี บัณฑิตมีปกติคิดดี

คือ — ไม่คิดโลภอยากได้ของเขา

— ไม่คิดพยาบาทปองร้ายเขา

— เห็นชอบตามคลองธรรม

๒. สุภาสิตภาสี บัณฑิตมีปกติพูดดี

คือ — ไม่พูดเท็จ

— ไม่พูดคำหยาบ

— ไม่พูดส่อเสียด

— ไม่พูดเพ้อเจ้อ

๓. สุกตกมฺมการี บัณฑิตมีปกติทำดี

คือ — ไม่ฆ่าสัตว์

— ไม่ลักทรัพย์

— ไม่ประพฤติผิดในกาม

ลักษณะเหล่านี้ เป็นลักษณะทางความประพฤติ ในทางความรู้ ถ้าจะตั้งปัญหาถามว่า "คนเรารู้อะไรจึงจะชื่อว่าเป็นบัณฑิต?"

ในเรื่องนี้ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสไว้ว่า—

ทิฏฺเฐ ธมฺเม จ โย อตฺโถ โย จตฺโถ สมฺปรายิโก
อตฺถาภิสมยา ธีโร ปณฺฑิโตติ ปวุจฺจติ

แปลว่า คนฉลาด ผู้รู้จักประโยชน์ชาตินี้ ประโยชน์ชาติหน้า และประโยชน์อย่างสุดยอด เรียกว่า "บัณฑิต"

โดยนัยนี้ จึงพอสรุปได้ว่า ลักษณะความรู้ที่จะทำให้คนเป็นบัณฑิต คือ—

— รู้จักผิดชอบชั่วดี

— รู้จักบาปบุญคุณโทษ

— รู้จักประโยชน์มิใช่ประโยชน์

เพราะฉะนั้น "บัณฑิต" ก็คือมีคนมีปัญญา รู้จักผิดชอบชั่วดี รู้จักบาปบุญคุณโทษ และรู้จักประโยชน์มิใช่ประโยชน์ แม้ใครจะมีความรู้ทางอื่นมากเท่าไร ๆ ได้รับปริญญาอะไร ๆ มา แต่ถ้าขาดความรู้จักผิดชอบชั่วดีเสียแล้ว ก็เป็นบัณฑิตไม่ได้ เข้าทำนองที่ว่า "ความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด"

การคบบัณฑิต

คำว่า "ปณฺฑิตานญฺจ เสวนา การคบบัณฑิต" นั้น ต้องทำถึงสองชั้น คือ พยายามเข้าใกล้บัณฑิต และพยายามถ่ายทอดความรู้ ความดี และนิสัยใจคออันดีงามจากท่าน จึงจะได้รับประโยชน์สมบูรณ์

ท่านว่า การคบบัณฑิตนั้น เราจะต้องทำตัวเยี่ยงลิ้น คือพอแตะอาหารนิดเดียวก็รู้รส คนที่เข้าใกล้บัณฑิต แต่ไม่รู้จักคุณค่าของท่าน ไม่รู้จักถ่ายทอดคุณความดีจากท่าน ไม่รู้จักเลียนอย่างจริยาวัตรของท่าน ก็ไม่ต่างอะไรกับทัพพีตักแกง แม้จะแช่อยู่ในแกง ตักแกงมาจนสึกกร่อนก็หารู้รสแกงไม่

การคบบัณฑิตนั้น มีแต่ทางได้ คือได้ทั้งความรู้ และได้ทั้งความดี

เพราะฉะนั้น จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๓

การบูชาสิ่งที่ควรบูชา

มงคลข้อนี้มีพระบาลี "ปูชา จ ปูชนียานํ" แปลว่า การบูชาสิ่งที่ควรบูชา สิ่งที่ควรบูชาอาจแยกออกได้เป็น ๓ ประการ คือ—

— **ปูชนียวัตถุ** ได้แก่พระพุทธรูป พระบรมสารีริกธาตุคัมภีร์พระธรรม รูปพระสาวก พระบรมรูปของพระมหากษัตริย์ไทย รูปปั้นของนักรบและบรรพบุรุษไทย ผู้มีพระคุณต่อชาติ เป็นต้น

— **ปูชนียสถาน** ได้แก่สังเวชนียสถานที่ตำบลในประเทศอินเดียและประเทศเนปาล พระพุทธบาทที่จังหวัดสระบุรี ต้นพระศรีมหาโพธิ์ โบสถ์ วิหาร และพระเจดีย์ มีพระปฐมเจดีย์ เป็นต้น

— **ปูชนียบุคคล** ได้แก่พระภิกษุสงฆ์ผู้ทรงศีล พระมหากษัตริย์ผู้ทรงทศพิธราชธรรม บิดามารดา ครูบาอาจารย์และผู้ทรงคุณธรรมอื่น ๆ

สำหรับชาวพุทธ สิ่งควรบูชาสูงสุด คือ "พระรัตนตรัย"

ในหนังสือมงคลชีวิตภาคที่ ๑ ท่านเปรียบเทียบไว้อย่างน่าฟังว่า "ชาวนาเมื่อนวดข้าวไว้เต็มลานแล้ว มีงานที่จะต้องทำอยู่ ๓ อย่าง คือ—

— สาดข้าว เพื่อคัดเอาข้าวลีบ (ลำพวน) ทิ้งไป

— กวาดตะล่อมข้าวดีรวมไว้

— เลือกข้าวอย่างดีเลิศไว้เป็นข้าวปลูกต่อไป

งานชีวิตก็คล้ายกันนั่นเอง มงคลชุดแรกนี้ ข้อที่ ๑ ท่านสอนไม่ให้คบคนพาล เปรียบได้กับการคัดเอาข้าวลีบทิ้งไป มงคลข้อที่ ๒ ท่านสอนให้คบบัณฑิต เปรียบได้กับการรวบรวมเอาข้าวดีไว้ มงคลข้อที่ ๓ ท่านสอนให้บูชาสิ่งที่ควรบูชา เปรียบได้กับการเลือกข้าวดีเยี่ยมไว้ทำพันธุ์ต่อไป

เพราะฉะนั้น การบูชาสิ่งที่ควรบูชา แม้เป็นงานขั้นสุดท้ายแต่ก็เป็นงานเตรียมการเพื่อประโยชน์ในภายหน้า ซึ่งมีความสำคัญยิ่ง ชาวนาจะทำนาได้หรือไม่ จะมีข้าวกินและมีข้าวขายหรือไม่ ในปีหน้า อยู่ตรงนี้

การบูชา ๒ อย่าง

โดยทั่ว ๆ ไป การบูชาท่านแยกออกเป็น ๒ อย่าง คือ—

— **อามิสบูชา** ได้แก่การบูชาด้วยเครื่องสักการะ มีดอกไม้ ธูป เทียน และปัจจัยสี่ เป็นต้น

— **ปฏิบัติบูชา** ได้แก่การปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ปฏิบัติบูชานี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่าเลิศกว่าอามิสบูชา

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๑ หน้า ๑๖๐ ท่านกล่าวว่าการบูชาตามมงคลข้อนี้ มี ๓ ลักษณะ คือ—

— สักการะ บูชาด้วยสิ่งของ

— ปัคคัณหะ ยกย่อง

— สัมมานะ นับถือ

สิ่งของที่เป็นเครื่องบูชาที่เป็นหลักแท้ ๆ ในพระพุทธศาสนามี ๓ อย่าง คือดอกไม้ ธูป เทียน ส่วนปัจจัยสี่ คืออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และที่อยู่อาศัย เป็นต้น ก็ถือเป็นเครื่องบูชาเหมือนกัน แต่ไม่ใช้ประจำเหมือนดอกไม้ธูปเทียนการบูชาด้วยสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ เรียกว่า "สักการะ"

ปัคคัณหะ แปลว่า ยกย่อง เชิดชู เทิดทูน เป็นความรู้สึกของคนที่มีความเคารพรักจะพึงกระทำต่อกัน เช่น พสกนิกรมีต่อองค์พระประมุขของชาติ บุตรธิดามีต่อบิดามารดา ศิษย์มีต่อครูบาอาจารย์ หรือคนรักมีต่อคนรัก ดังคำที่พูดกันว่า "คุณเป็นสุดบูชาของผม..." หรือว่า "ชั่วชีวิตนี้ หนูจะรักและบูชาแต่พี่เพียงคนเดียว..." เป็นต้น

คำว่า "บูชา" ที่เขาพูดกันนั้น ท่านเข้าใจอย่างไร ? เขานำดอกไม้และธูปเทียนไปจุดบูชาคนรักอย่างนั้นรึ, เปล่าเลยคำว่า "บูชา" ที่เขาพูดกันนั้น หมายถึงว่า เขาได้มอบกายมอบใจไว้กับคนรักต่างหาก ความรู้สึกยกย่องเทิดทูนอย่างนี้ เป็นการบูชาอย่างหนึ่ง เรียกว่า "ปัคคัณหะ"

สัมมานะ แปลว่า นับถือ เป็นการยอมรับนับถือด้วยชีวิตจิตใจ คือมอบกายถวายชีวิตให้แก่สิ่งนั้น เช่นชาวพุทธ ยอมรับนับถือพระรัตนตรัย ก็มอบกายถวายชีวิตไว้กับพระรัตนตรัยชาวคริสต์ยอมรับนับถือพระเยซู ก็มอบกายถวายชีวิตไว้กับพระเยซู ชาวมุสลิม ยอมรับนับถือพระนบีมูฮัมมัด ก็มอบกายถวายชีวิตไว้กับพระนบีมูฮัมมัด เป็นต้น ความยอมรับนับถือถึงขั้นมอบกายถวายชีวิตและปฏิบัติตามนี้แหละ เป็นการบูชาอย่างหนึ่ง เรียกว่า "สัมมานะ"

เพราะฉะนั้น จึงสรุปได้ว่า การบูชาด้วยดอกไม้ธูปเทียนและปัจจัยสี่ เป็นการบูชาแบบสักการะ การไหว้พระสวดมนต์สรรเสริญพระรัตนตรัย หรือการยกย่องเทิดทูนผู้ที่เราเคารพรักเป็นการบูชาแบบปัคคัณหะ และการปฏิบัติชอบตามคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นการบูชาแบบสัมมานะ

การบูชาสิ่งที่ไม่ควรบูชาเป็นอัปมงคล

สิ่งไม่ควรบูชาอาจแยกออกเป็น ๓ ประการ คือ—

— วัตถุไม่ควรบูชา

— สถานที่ไม่ควรบูชา

— บุคคลไม่ควรบูชา

วัตถุและสถานที่ไม่ควรบูชา เช่นภูเขา ต้นไม้ ป่าไม้ ห้วยหนอง คลอง บึง ภูตผีปีศาจ และการถือโชคลางอื่น ๆ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์อันใดเลยแก่ผู้บูชา มีแต่จะทำให้เสียเวลา เสียเงิน กลายเป็นคนงมงายไร้เหตุผล

บุคคลที่ไม่ควรบูชา คือคนทุศีล ไร้คุณธรรม มีแต่ความชั่วร้ายในจิตใจ บูชาแล้วมีแต่ความเสื่อมเสีย เสียข้าวเสียของ เสียเงินเสียทอง เสียเวลาทำมาหากิน และเสียผู้เสียคน เช่นคนที่เชื่อถือบูชาอาจารย์ให้หวยเบอร์ อาจารย์นั้น อาจารย์นี้ ล้วนแต่เก่ง ๆ ยอด ๆ ทั้งนั้น ไกลแสนไกลเท่าไรก็พากันไป แล้วพากันหมดเนื้อหมดตัว พากันอดอยากทุกข์ยากไปตาม ๆ กัน บางคนก็เชื่อการทรงเจ้าเข้าผี หมกมุ่นวุ่นวายอยู่แต่ในเรื่องงมงายไร้สาระ แทนที่จะใช้เวลาไปในทางที่เป็นประโยชน์ เป็นต้น

พระเจ้าอชาตศัตรู เพราะไปยกย่องนับถือบูชาพระเทวทัตซึ่งเป็นคนทุศีล เต็มไปด้วยความมักใหญ่ใฝ่สูง จึงถูกยุยงเสี้ยมสอนให้หลงผิด ถึงต้องทำปิตุฆาต คือฆ่าพ่อ กว่าจะได้สำนึกในพระคุณของพ่อ ก็สายเกินแก้เสียแล้ว ต้องได้รับทุกข์ทรมานจิตใจแสนสาหัส ก็เพราะไปบูชาคนผิด

การบูชาสิ่งไม่ควรบูชา มีแต่จะนำสิ่งอัปมงคลมาสู่ตนถ่ายเดียว ฉะนั้น การจะยกย่องนับถือบูชาใคร จะต้องใช้ความระมัดระวังบูชาคนให้ถูก โดยใช้ปัญญาพิจารณาให้รอบคอบ

การบูชาสิ่งที่ควรบูชาเป็นมงคล

การบูชาสิ่งที่ควรบูชา ย่อมได้รับประโยชน์หลายประการ คือ—

— เป็นการกำจัดมานทิฐิในใจเสียได้

— เป็นการป้องกันมิให้ความชั่วร้ายไหลสู่จิต

— เป็นการชักจูงให้เป็นคนมีจิตใจสูง

— เป็นการโน้มน้าวจิตใจให้ยินดีในสัมมาปฏิบัติ

— ก่อให้เกิดความปลื้มปีติ ความสงบเย็น และความสุขใจ

— เป็นการส่งเสริมคนดี และสนับสนุนให้คนทำดี

— เป็นการกำจัดคนชั่ว ทำให้เขาเห็นว่า คนชั่วเป็นคนไร้เกียรติ เป็นตัวเสนียด ที่สังคมไม่พึงปรารถนา

— เมื่อคนดีได้รับการยกย่องเทิดทูน คนชั่วถูกสังคมหันหลังให้ คนชั่วนับวันแต่จะหมดไป เพราะไม่มีใครกล้าทำชั่ว คนดีนับวันแต่จะเพิ่มพูนมากขึ้น สังคมก็จะมีแต่ความสงบสุข

การบูชาสิ่งที่ควรบูชา ย่อมนำคุณประโยชน์มาให้ทั้งส่วนตัวและส่วนรวม ดังกล่าวมานี้ พระจึงตรัสว่าเป็นมงคลประการหนึ่ง

ชุดที่ ๒

ปฏิรูปเทสวาโส จ ปุพฺเพ จ กตปุญฺญตา

อตฺตสมฺมาปณิธิ จ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า : การอยู่ในประเทศอันสมควร ๑ ความเป็นผู้มีบุญอันได้ทำไว้ในกาลก่อน ๑ การตั้งตนไว้ชอบ ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๔

อยู่ในประเทศอันสมควร

มงคลข้อนี้มีพระบาลีว่า "ปฏิรูปเทสวาโส" แปลว่า "การอยู่ในประเทศอันสมควรแยกออกเป็น ๓ คำ คือ "ปฏิรูป" "เทส" และ "วาโส" คำว่า ปฏิรูป

แปลว่า ปรับปรุงให้สมควร ปรับปรุงให้ดีขึ้น คำว่า เทส แปลว่า ประเทศ บ้านเมือง หรือถิ่นที่อยู่ คำว่า วาโส แปลว่า การอยู่ อยู่อาศัย ที่อยู่อาศัย

ดังนั้น คำว่า "ปฏิรูปเทสวาโส" จึงแปลว่า "การอยู่อาศัยในประเทศอันได้ปรับปรุงดีแล้ว หรือพัฒนาดีแล้ว"

หนังสือแบบเรียนศีลธรรมของกระทรวง ฯ ท่านกล่าวว่า "ประเทศหมายถึงที่อยู่ของคนตั้งแต่ตำบล อำเภอ จังหวัด ไปจนถึงประเทศ, การอยู่ในที่ ๆ มีคนประพฤติดีปฏิบัติชอบ ประกอบในสุจริตธรรม ไม่มีพวกมิจฉาชีพ ชื่อว่าอยู่ในประเทศอันสมควร"

หนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๑ หน้า ๑๓๔ ท่านกล่าวไว้ว่า "บริษัท ๔ ย่อมเที่ยวไป บุญกิริยาวัตถุ มีทานเป็นต้น ย่อมเป็นไป คำสอนของพระศาสดามีองค์ ๙ ย่อมรุ่งเรืองในประเทศใด ประเทศนั้น ชื่อว่า ประเทศอันสมควร"

หนังสือมงคลชีวิต ภาคที่ ๑ หน้า ๒๔๗ ท่านอธิบายไว้ว่า "คำว่า ปฏิรูปเทส แปลว่า ประเทศมีรูปเฉพาะ หมายความว่าประเทศเสรี มีเอกราชเป็นของตนเอง มีศาสนาเป็นของตนเอง มีวัฒนธรรมเป็นของตนเอง มีระบบการปกครองเป็นของตนเอง รวมความว่า เป็นประเทศที่เป็นตัวของตัว มีรูปมีร่างพอตัว เรียกว่า ปฏิรูปเทศ"

เพราะฉะนั้น จึงสรุปได้ว่า ปฏิรูปเทศ คือประเทศเสรี ซึ่งปรับปรุงดีแล้ว หรือพัฒนาดีแล้ว และการพัฒนานั้น จะต้องพัฒนาทั้งด้านวัตถุและด้านจิตใจ (ศีลธรรม) ถิ่นใดประเทศใด พัฒนาแต่เพียงด้านหนึ่งด้านใด ถิ่นนั้นประเทศนั้นหาชื่อว่าพัฒนาแล้วไม่ คือยังเรียกไม่ได้ว่าเป็นปฏิรูปเทศโดยสมบูรณ์

วิชาจิตวิทยาบอกว่า คนเราจะดีหรือเลว จะฉลาดหรือโง่ จะเจริญหรือเสื่อม จะอับเฉาหรือก้าวหน้า จะมีสุขหรือมีทุกข์ ขึ้นอยู่กับมูลเหตุใหญ่ ๒ ประการ คือ —

๑. พันธุกรรม (Heredity)

๒. สิ่งแวดล้อม (Environment)

พันธุกรรมคือสิ่งที่ได้รับถ่ายทอดมาจากพ่อแม่ปู่ย่าตายายทางสายเลือด ส่วนสิ่งแวดล้อมได้แก่พื้นภูมิประเทศ ลมฟ้าอากาศและสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัวเรา ฉะนั้น การอยู่ในปฏิรูปเทศ ก็คืออยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีนั่นเอง

คนเราเมื่ออยู่ในแวดวงของสิ่งแวดล้อมที่ดีแล้ว ย่อมมีความเจริญเติบโต ทั้งทางร่างกาย ทางสมอง และทางจิตใจ เช่นได้รับการกินดีอยู่ดี ได้รับการศึกษาดี และได้รับการอบรมจิตใจดีเป็นต้น อันเป็นทางให้เกิดความอยู่เย็นเป็นสุข ความเฉลียวฉลาดและทัศนคติที่ถูกต้องในการดำรงชีวิต

วิทยาการสมัยใหม่กล่าวว่า พฤติกรรม (Behavior) ที่บุคคลแสดงออกมาดีหรือเลวเป็นผลสืบเนื่องมาจากความสัมพันธ์ระหว่าง ธรรมชาติดั้งเดิม (Original Nature) กับสิ่งแวดล้อม (Environment) บุคลิกภาพ (Personality) และสถานการณ์ (Situation) โดยเขียนเป็นสูตรไว้ดังนี้ —

Original Nature + Environment = Personality

Personality + Situation = Behavior

ถ้าจะเปรียบ ก็เหมือนต้นไม้ เมื่อเมล็ดพันธุ์ดี และไปตกอยู่ในสิ่งแวดล้อมดีคือดินก็ดี ลมฟ้าอากาศน้ำท่าเหมาะสม ย่อมมีความเจริญงอกงาม แต่ถ้าไปตกอยู่ในสิ่งแวดล้อมไม่ดี ย่อมไม่เจริญงอกงาม คือขึ้นอยู่กับเมล็ดพันธุ์ และสิ่งแวดล้อม

เมล็ดพันธุ์เปรียบได้กับธรรมชาติดั้งเดิม ซึ่งท่านเรียกว่า "กรรม" คือกรรมเก่าเป็นสิ่งเปลี่ยนแปลงแก้ไขไม่ได้ ส่วนสิ่งแวดล้อมนั้นเราสามารถปรับปรุงแก้ไขได้ เหมือนอย่างที่ชาวอิสราเอลปรับปรุงทะเลทรายให้เป็นพื้นที่ทางเกษตรกรรม ฉะนั้น

เมื่อกล่าวโดยสรุป การอยู่ในปฏิรูปเทศ ย่อมเป็นบ่อเกิดแห่งสมบัติทั้งสาม คือมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และ นิพพานสมบัติ

การที่จะได้มาอยู่ในปฏิรูปเทศนั้น ย่อมเกิดจากแรงส่งของปุพฺเพกตปุญฺญตา ความเป็นผู้มีบุญอันทำไว้ในกาลก่อน และแรงรับของ อตฺตสมฺมาปณิธิ การตั้งตนไว้ชอบ ซึ่งจะกล่าวถึงในตอนต่อไป

เพราะฉะนั้น การอยู่ในปฏิรูปเทศ จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๕

ความเป็นผู้มีบุญอันทำไว้ในกาลก่อน

มงคลข้อนี้มีคำบาลีว่า "ปุพฺเพกตปุญฺญตา" แปลว่า "ความเป็นผู้มีบุญอันทำไว้ในกาลก่อน"

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวงฯ ท่านแปล ปุพฺเพกตปุญฺญตา ว่า "การทำความดีมาก่อน" แล้วอธิบายว่า "ความดีหมายถึง กุศลกรรมบถ ๑๐ อย่าง การประพฤติอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐ นี้ ในอดีตคือเวลาที่ล่วงมาแล้วจนถึงปัจจุบัน ชื่อว่าทำความดีมาก่อน"

ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๑ หน้า ๒๕๘ ท่านว่า "คำว่าบุญที่ทำไว้ก่อนนั้น ถ้าใช้สำนวนพูดที่เข้าใจกันทั่วไปตรงกับคำว่าบุญวาสนา นั่นเอง คำว่าบุญวาสนาหมายถึงบุญที่สร้างสมไว้นานแล้ว"

ปัญหาจึงอยู่ที่ว่า คำว่า "บุญๆ" นั้น คืออะไร ?

"บุญ" ก็คือคุณความดีที่สร้างสมไว้ในจิต ทำให้จิตมีคุณภาพดี สะอาด สงบและเป็นสุข คุณความดีที่สั่งสมไว้นานๆเช่นนี้แหละเรียกว่า วาสนาบ้าง บารมีบ้าง ดังเช่นพูดกันว่า บุญวาสนา บุญบารมี หรือวาสนาบารมี

ในทางตรงกันข้าม "บาป" ก็คือ ความชั่วที่หมักหมมอยู่ในจิต ทำให้จิตเสื่อมคุณภาพ สกปรก ฟุ้งซ่าน และเร่าร้อนกระวนกระวาย ซึ่งเรียกว่ากิเลสบ้าง อาสวะบ้าง

โดยนัยนี้ ความดีหรือความชั่วที่เราทำจึงมิได้สูญหายไปไหน หากแต่ถูกบันทึกหรือสร้างสมไว้ในจิตของเรานี่เอง

พระท่านจึงตรัสว่า "ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว" คือ ได้ความดี หรือความชั่วบันทึกไว้ในจิตแล้วขณะที่ทำนั่นเอง

มีบางคนค้านความข้อนี้ไว้ว่า "ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป" ผู้กล่าวเช่นนี้แสดงว่ายังไม่รู้ซึ้งในพระพุทธภาษิตข้อนี้

เปรียบเหมือนถามว่า "เลี้ยงเป็ดเลี้ยงไก่แล้วได้อะไร ?" ถ้าใครตอบว่าเลี้ยงเป็ดเลี้ยงไก่ได้กินไข่ ก็ยังห่างไกลความจริง เพราะถ้าเป็ดหรือไก่นั้นตายเสียก่อน หรือเลี้ยงโต

แล้วกลายเป็นเป็ดตัวผู้เป็นไก่ตัวผู้ จะมีไข่ให้เรากินอย่างไร คำตอบคือเลี้ยงเป็ดก็ได้เป็ด เลี้ยงไก่ก็ได้ไก่ตัวที่เราเลี้ยงนั่นแหละ จึงจะถูก

ตามหลักของพระพุทธศาสนาถือว่า เมื่อกิเลสตัณหายังไม่สิ้น คนเราจะต้องเวียนว่ายตายเกิดอีก และการถือเอาภพใหม่นั้นจะดีหรือเลวขึ้นอยู่กับคุณภาพของจิต คือถ้ากุศลกรรมเป็นเครื่องปรุงจิต ก็จะเข้าถึงภพที่ดี ได้ฐานะที่ดี เรียกว่าบุญพาวาสนาส่ง ถ้ามีอกุศลกรรมเป็นเครื่องปรุงจิต ก็เข้าถึงอบายภูมิ หรือได้ฐานะที่ต่ำทราม

ที่กล่าวไว้ในมงคลข้อก่อนว่า คนเราจะดีหรือเลว จะฉลาดหรือโง่ จะอับเฉาหรือก้าวหน้า จะมีความสุขหรือได้รับความทุกข์ ขึ้นอยู่กับมูลเหตุ ๒ ประการ คือพันธุกรรมกับสิ่งแวดล้อมนั้น ยังไม่เพียงพอที่จะนำมาเฉลยข้อสงสัยที่ว่า "เหตุไฉนลูกฝาแฝดที่เกิดจากพ่อแม่เดียวกัน อยู่ในสิ่งแวดล้อมเหมือนกัน ได้รับการเลี้ยงดูอบรมสั่งสอนมาเหมือนกันทุกอย่าง แต่วิถีชีวิตของเขาจึงแตกต่างกัน คือคนหนึ่งประสบความสำเร็จ มีชีวิตอย่างสุขสบาย ส่วนอีกคนหนึ่งประสบความล้มเหลว มีชีวิตอยู่อย่างทุกข์ยาก หรือเพราะเหตุใดคนหนึ่งจึงมีสุขภาพดี แต่อีกคนหนึ่งสามวันดีสี่วันไข้เป็นต้น

พระพุทธศาสนาอธิบายเหตุแห่งความแตกต่างกันดังกล่าวนั้นด้วยกฎของกรรมว่า กมฺมํ สตฺเต วิภชฺชติ แปลว่า กรรมย่อมจำแนกสัตว์ให้แตกต่างกัน คือผู้ใดประกอบแต่คุณงามความดีสั่งสมความดีไว้ในจิตมาก ๆ ก็จะกลายเป็นบุญบารมี หรือบุญวาสนาเป็นเครื่องนำพาไปสู่สุคติ สถานอันสุขสมบูรณ์น่ารื่นรมย์ ถ้าผู้ใดมีแต่ก่อกรรมทำชั่วไม่ว่างเว้นความชั่วก็จะหมักหมมอยู่ในจิต กลายเป็นบาปกรรมคอยผลักไสให้ไปสู่ทุคติ สถานอันแร้นแค้น ยากไร้ทุกข์ทรมาน

เพราะฉะนั้น ความเป็นผู้มีบุญอันทำไว้ในกาลก่อน คือ มีบุญวาสนาบารมีอันได้สั่งสมไว้แล้วจึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๖

การตั้งตนไว้ชอบ

มงคลข้อนี้มีพระบาลีว่า "อตฺตสมฺมาปณิธิ" แปลว่าการตั้งตนไว้ชอบ มีข้อที่จะพึงศึกษาอยู่ ๓ ประเด็น คือ

— คำว่า "ตน" หมายถึงอะไร ?

— ตั้งตนไว้ชอบ คือตั้งไว้อย่างไร ?

— ตั้งตนไว้ชอบเป็นมงคลอย่างไร ?

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวงฯ ท่านกล่าวว่า "...เมื่อเรารักตนของเรา ก็ควรจะตั้งตนไว้ในทางที่ชอบ คือประกอบกรรมสุจริต ตั้งอยู่ในอิทธิบาท ๔ คือ ๑. ฉันทะ พอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น ๒. วิริยะ เพียรประกอบสิ่งนั้น ๓. จิตตะ เอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น ไม่วางธุระ ๔. วิมังสา หมั่นตริตรองพิจารณาเหตุผลในสิ่งนั้น" และ "ตั้งอยู่ใน ทิฏฐธัมมิกัตถะ คือประโยชน์ในปัจจุบัน ๔ ได้แก่

๑. อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่นในการประกอบกิจเครื่องเลี้ยงชีวิต ก็ดี ในการศึกษาเล่าเรียนก็ดี ในการทำธุระหน้าที่ของตนก็ดี

๒. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา คือรักษาทรัพย์ที่หามาได้ด้วย ความหมั่นไม่ให้เป็นอันตราย รักษาการงานของตัวไม่ให้เสื่อมเสีย

๓. กัลยาณมิตตตา ความมีเพื่อนเป็นคนดี ไม่คบคนชั่ว

๔. สมชีวิตา เลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หามาได้ ไม่ให้ฝืดเคืองนัก ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก"

ในมงคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๑ หน้า ๓๘๑ ท่านกล่าวไว้ว่า "จิตและอัตภาพทั้ง หมดเรียกว่าตน" และว่า "บุคคลบางคนในโลกนี้ ยังตนผู้ทุศีลให้ตั้งอยู่ในศีล ยังตนผู้ ไม่มีศรัทธาให้ตั้งอยู่ในความถึงพร้อมด้วยศรัทธา ยังตนผู้ตระหนี่ให้ตั้งอยู่ในความถึงพร้อม ด้วยการบริจาค นี้เรียกว่า การตั้งตนไว้ชอบ"

สรุปความว่า "ตน" ก็คือตัวของเรานั่นเอง ซึ่งมีส่วนประกอบอยู่ ๒ ส่วน คือ กาย กับ จิต แต่เนื่องจากการกระทำทุกอย่างขึ้นอยู่กับจิต คือจิตเป็นผู้คิด จิตเป็นผู้สั่ง เป็นตัวบงการ ท่านจึงพูดเปรียบเทียบไว้ว่า "จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว"

เพราะฉะนั้น การตั้งตนไว้ชอบ เมื่อกล่าวโดยรวมยอด ก็คือการตั้งจิตไว้ชอบ นั่นเอง

ที่ว่า "ตั้งไว้ชอบ" ก็คือ "ตั้งไว้ถูกทาง" ถ้าผู้ใดตั้งจิตไว้ผิดทาง ผู้นั้นย่อมประสบความพินาศย่อยยับแสนสาหัส ดังพุทธวจนบาลีที่มาในพระธรรมบทว่า

ทิโส ทิสํ ยนฺตํ กยิรา
เวรี วา ปน เวรินํ
มิจฺฉาปณิหิตํ จิตฺตํ
ปาปิโย นํ ตโต กเร

แปลว่า : จิตของเรานี้ ถ้าตั้งไว้ผิด ย่อมทำความพินาศย่อยยับให้แก่เรา ร้ายแรงกว่าความพินาศที่โจรจะพึงกระทำแก่โจร หรือคนจองเวรจะพึงกระทำต่อกันเสียอีก

ในทางตรงกันข้าม ถ้าผู้ใดตั้งจิตไว้ถูกไว้ชอบ ผู้นั้นย่อมได้รับประโยชน์มหาศาล ดังพระพุทธวจนบาลีว่า

น ตํ มาตา ปิตา กยิรา
อญฺเญ วา ปน ญาตกา
สมฺมาปณิหิตํ จิตฺตํ
เสยฺยโส นํ ตโต กเร

แปลว่า : จิตของเรานี้ ถ้าตั้งไว้ถูกแล้ว ย่อมทำความเจริญก้าวหน้าให้แก่เรา ได้ยิ่งกว่าที่พ่อแม่พี่น้องจะทำให้มากมายนัก

เพราะฉะนั้น การตั้งตนไว้ชอบ จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลชุดที่ ๒ นี้ก็มีคำสอนอยู่ ๓ ข้อ คือการอยู่ในถิ่นที่พัฒนาแล้ว, ความเป็นผู้มีบุญวาสนา และการตั้งตนไว้ชอบคุณธรรม ๓ ประการนี้พระตรัสว่าเป็นมงคลอันสูงสุด

มีข้อน่าสังเกตว่า มงคลชุดแรกเป็นเรื่องที่เราจะพึงกระทำเกี่ยวกับบุคคลอื่น แต่มงคลชุดที่ ๒ นี้เป็นเรื่องที่เราจะพึงกระทำเกี่ยวกับตัวเราเอง

ชุดที่ ๓

พาหุสจฺจญฺจ สิปฺปญฺจ วินโย จ สุสิกฺขิโต
สุภาสิตา จ ยาวาจา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

คำแปล : ความเป็นผู้สดับมาก ๑ มีศิลปะ ๑ มีระเบียบวินัย ๑ วาจาเป็นสุภาษิต ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๗

ความเป็นผู้สดับมาก

มงคลข้อนี้ มีพระบาลีว่า "พาหุสัจจะ" ซึ่งแยกออกเป็น ๒ คำ คือ พหุ = มาก สุต = ฟัง เมื่อลงปัจจัยในภาวตัทธิตแล้วสำเร็จรูปเป็น "พาหุสัจจะ" แปลว่าความเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก

การได้ยินได้ฟังมาก หมายถึงการเรียนมากนั่นเอง เพราะการเรียนในสมัยโบราณใช้การฟังเป็นพื้น แต่ในปัจจุบัน นอกจากการฟังแล้ว เราใช้ประสาทสัมผัสเกือบทุกทางในการศึกษา เช่น ทางตา ทางจมูก ทางลิ้น และทางกาย

ฉะนั้น คำว่า "พหุสัจจะ" จึงอาจจะแปลว่า "ความเป็นผู้คงแก่เรียน" ก็ได้

การเรียนอาจแยกออกเป็น ๒ วิธี

๑. เรียนจากครู

๒. เรียนด้วยตนเอง

เรียนจากครู คือการได้รับคำแนะนำสั่งสอนจากครู ครูเป็นผู้ถ่ายทอดวิทยาการให้ เช่นการเรียนในสมัยโบราณ หรือการเรียนในโรงเรียนต่าง ๆ ในปัจจุบัน ตลอดจนการศึกษาในมหาวิทยาลัย เป็นต้น

การเรียนด้วยตนเอง หมายถึงการศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง จากตำรับตำรา จากวิทยุ จากโทรทัศน์ จากเครื่องบันทึกเสียง หรือสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว

แต่อย่างไรก็ตาม คนเราทุกคนก็ควรแสวงหาความรู้จากทั้ง ๒ วิธี คือทั้งจากครู และจากการศึกษาด้วยตนเอง วิชาความรู้ยิ่งมีมากเท่าไร ก็ยิ่งเป็นคุณประโยชน์แก่ตัวเราเอง มากเท่านั้น เพราะความรู้เปรียบเสมือนอาภรณ์อันล้ำเลิศ ทำให้เรามีความอาจหาญเป็นสง่า ในสังคม ทำให้เราพบกับความสำเร็จในการประกอบอาชีพ ทำให้เราเป็นคนมีเหตุผล มีทัศนะคติที่ถูกต้อง อันจะเป็นทางนำไปสู่ความก้าวหน้าของชีวิต

คนที่เป็นพหุสูตหรือผู้คงแก่เรียนนั้น เขาจะใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการอ่านหนังสือ ครอบครัวในประเทศที่เจริญแล้ว เช่นในยุโรปและสหรัฐอเมริกา เขามีห้องสมุดประจำบ้านเพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้อ่าน เพราะเขาถือว่าการอ่านหนังสือเป็นการพักผ่อน (Reading is the recreation)

ในต่างประเทศเขาฆ่าเวลาในการเดินทางด้วยการอ่านหนังสือ ผู้โดยสารรถไฟในประเทศญี่ปุ่นมีบุคคลอยู่สองประเภท คือประเภทหนึ่งพอก้นหย่อนถึงที่ก็หลับผุย พอถึงที่ ๆ เราจะลงก็ลืมตาคว้ากระเป๋าเดินลง ส่วนอีกประเภทหนึ่ง พอก้นหย่อนถึงที่นั่งก็ควักหนังสือออกมาอ่าน พอถึงที่ลงจึงลง รวมความว่าคนโดยสารรถไฟในเมืองญี่ปุ่นมี ๒ ประเภท คือประเภทนั่งหลับเอาแรง กับประเภทอ่านหนังสือเอาความรู้ คนของเขาจึงเป็นพหุสูตเฉลียวฉลาด

คนโดยสารรถไฟ หรือรถบัสในบ้านเมืองเราก็มีอยู่ ๒ ประเภท คือประเภทนั่งคุยกัน เมื่อคุยกันจนเหนื่อยแล้วต่างก็นั่งหลับ ตื่นขึ้นมาก็คุยกันต่อ บางรายคุยกันเสียงดังลั่นโดยไม่รู้สึกเกรงใจใคร ยิ่งขบวนรถไฟสายยาว ๆ เช่นสายใต้สายเหนือด้วยแล้ว ถึงกับตั้งวงดื่มสุราเอะอะโวยวายกันเลยทีเดียว ผู้ที่จะฆ่าเวลาในการเดินทางด้วยการอ่านหนังสืออยู่สงบ ๆ เหมือนอย่างในประเทศเขานั้น นาน ๆ จะเจอสักราย

จะเป็นเพราะเหตุนี้กระมังที่ทำให้คนของเขาเป็นพหุสูตมากกว่าคนของเรา

คนเราสามารถที่จะเป็นพหุสูตได้ด้วยการเรียนด้วยตนเอง ในเมืองไทยเรามีตัวอย่างให้ดูได้เยอะแยะ เช่นพระยาอนุมานราชธน (เสถียรโกเศศ) ท่านไม่เคยผ่านมหาวิทยาลัย แต่ท่านมีความรู้สอนนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ได้ ท่านไม่เคยเป็นนักเรียนนอก แต่ท่านก็มีความรู้และผลงานไม่ด้อยไปกว่านักเรียนนอก ท่านเขียนหนังสือไว้หลายเล่ม เช่น หนังสือเรื่องกามนิตกับวาสิฏฐี, โลกนิติ (แต่งร่วมกับนาคะประทีป) และลัทธิของเพื่อนเป็นต้น

อีกท่านหนึ่งคือ พลตรีหลวงวิจิตรวาทการ ท่านมีความรู้แค่เปรียญ ๕ ประโยค แล้วสึกจากสามเณรไปเข้างานเป็นเสมียนที่กระทรวงการต่างประเทศ แต่อาศัยการเรียนด้วยตนเอง ทำให้ท่านมีความรู้ความสามารถสูง ทำให้ท่านเป็นนักประพันธ์ชั้นแนวหน้าแห่งยุค นักแต่งละคร นักแต่งเพลง ทำให้ท่านได้เป็นเอกอัครราชทูต เป็นรัฐมนตรี และเป็นปลัดบัญชาการเป็นต้น เพราะอาศัยความเป็นผู้คงแก่เรียนหรือพหุสูตของท่าน

เพราะฉะนั้น ความเป็นพหุสูต คือได้สดับตรับฟังมากจึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๘

มีศิลปะ

ศิลปะ คืออะไร?

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวงฯ ท่านกล่าวว่า "ศิลปะ หมายถึงการแสดงออกมาให้ปรากฏขึ้นได้อย่างงดงามน่าพึงชมและเกิดอารมณ์ดูดดื่มสะเทือนใจ ศิลปะเกิดจากความพยายามของมนุษย์ ด้วยการใช้ความคิดและมือ เรียกว่าวิจิตรศิลป์ จำแนกออกเป็น วรรณศิลป์ ประฏิมาศิลป์ นาฏดุริยางคศิลป์ และสถาปัตยศิลป์

วรรณศิลป์ คือศิลปะในการประพันธ์ทั้งร้อยแก้วและร้อยกรอง จิตรศิลป์ คือศิลปะในการเขียนภาพ วาดภาพทุกประเภท ตลอดจนศิลป์ตบแต่ง ประฏิมาศิลป์ คือศิลปะในการปั้นภาพ หล่อภาพ สลักภาพ แกะภาพ นาฏดุดิยางคศิลป์ คือศิลปะในการแสดงละคร ดนตรี การฟ้อนรำ ขับร้อง สถาปัตย์ศิลป์ คือ ศิลปะในการก่อสร้างทุกชนิด

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๒ หน้า ๒๓ — ๒๕ ท่านกล่าวว่า "ความเป็นผู้ฉลาดในหัตถกรรมมี ๒ อย่าง ด้วยสามารถแห่งศิลปะของบรรพชิต และคฤหัสถ์ ชื่อว่าศิลปะ"

"คราวหนึ่ง พระผู้มีพระภาค เมื่อเสด็จจาริกไปในทักขิณาคิรีชนบท ทอดพระเนตรเห็นนาแคว้นมคธ รับสั่งว่า "อานนท์ เธอสามารถทำจีวรมีรูปร่างอย่างนี้ได้ไหม ?" พระอานนท์กราบทูลว่า "ได้พระเจ้าข้า" แล้วจัดทำจีวรมีรูปร่างเหมือนอย่างกระทงนาของชาวมคธแสดงแด่พระศาสดา โดยอาศัยเป็นผู้ฉลาดในหัตถกรรม พระศาสดาตรัสสรรเสริญพระอานนท์ท่ามกลางสงฆ์ว่าเป็นผู้มีศิลปะ

นี่เป็นตัวอย่างศิลปะของบรรพชิต

อนึ่ง คำว่าศิลปะยังหมายถึงความเป็นผู้สามารถในทางใดทางหนึ่งเป็นพิเศษอีกด้วย เช่นจักรยานสองล้อ หัดแล้วใคร ๆ ก็ขี่ได้ แต่จักรยานล้อเดียว ใครขี่ได้ถือเป็นศิลปะ รถมอเตอร์ไซด์ ใครขับขี่ไปตามถนนหนทางเป็นเรื่องธรรมดา แต่ถ้าใครสามารถขี่ไต่ถังได้นั้นเป็นศิลปะ รถยนต์ใคร ๆ ก็ขับได้ แต่การขับรถแข่งต้องอาศัยศิลปะ เครื่องบิน ฝึกหัดแล้วใคร ๆ ก็ขับได้ แต่การขับพลิกแพลงโลดโผน ต้องอาศัยศิลปะ การโดดร่ม ฝึกหัดแล้วใคร ๆ ก็โดดได้ แต่การบังคับร่มให้ลงในที่ ๆ ต้องการ แบบดิ่งพสุธา ต้องอาศัยศิลปะ หรือแม้กระทั่งการพูด ถ้าไม่เป็นใบ้ โตแล้วใคร ๆ ก็พูดได้ แต่การพูดให้คนรักให้เขาเชื่อให้เขาเลื่อมใส และทำตามอย่างที่เรียกว่าลิ้นการทูตนั้น ต้องอาศัยศิลปะ

รวมความว่า "ศิลปะ" นั้น หมายถึงความสามารถพิเศษอันเกิดจากประสบการณ์ (Experience)

ศิลปะเป็นมงคลอย่างไร?

ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๑ หน้า ๓๔๘ ท่านเปรียบเทียบไว้อย่างน่าฟังว่า "...ขอให้นึกดูต้นไม้ในสวนหลังบ้านของท่านเอง ต้นมะม่วง ขนุน กล้วย กุหลาบ ทานตะวัน และอื่น ๆ ความงดงามเติบโตของมันมีสองระยะ ระยะแรกมันเกิดเป็นต้นเป็นลำเป็นกิ่งเป็นใบ แต่ของพวกนี้ไม่นับว่าเป็นประโยชน์โดยตรงแก่ผู้ปลูก เพราะยังกินไม่ได้

ขายไม่ได้ จะต้องรอไปถึงอีกระยะหนึ่ง คือตอนที่มันให้ดอกให้ผล ถ้าเป็นไม้ดอกก็หมายถึงดอกของมัน ถ้าเป็นไม้ผลก็หมายถึงผลของมัน ดอกไม้ผลนั้นงอกออกมาจากต้นก็จริง แต่มันก็ไม่เหมือนต้นเดิม ต้นกุหลาบใบเขียวหนามแหลม แต่ดอกกุหลาบสีสวยหอมและไม่มีหนาม ต้นมะม่วงใบฝาดแต่ผลของมันหวานอร่อย เพราะฉะนั้นแม้เราจะมีต้นไม้พวกนี้อยู่เต็มสวนก็ตาม แต่จุดเกิดผลอยู่ที่ดอกและผลเท่านั้น___

เช่นเดียวกัน ความรู้ทุกอย่างที่เรามีอยู่มันจะช่วยตัวเราได้เฉพาะที่มันเกิดเป็นศิลปะแล้วเท่านั้น คือเอาความรู้ออกมาใช้การให้เป็น ความรู้ต่าง ๆ ที่เรามีหากจะเปรียบก็เหมือนเปลือกไม้ใบไม้เท่านั้น ส่วนศิลปะเปรียบเหมือนดอกไม้ผลไม้ ทำให้เราอิ่มได้ ทำให้เราร่ำรวยได้___"

ยกตัวอย่างใกล้ ๆ ตัวเรานี่ก็ได้ วิชาทหารใคร ๆ ก็เรียน คือมีโอกาสเรียนมีโอกาสรู้มาเหมือน ๆ กัน แต่ประสิทธิภาพตอนออกไปปฏิบัติงานนั้นอาจแตกต่างกันไกล เช่นบางคนยิงปืนก็แม่น ฝึกทหารก็ยอด อบรมทหารก็เยี่ยม ความสามารถดังกล่าวนี้แหละคือศิลปะ

เพราะฉะนั้น ศิลปะคือความเป็นผู้ "มีความสามารถดี" ซึ่งนำเราไปพบความสำเร็จ ความรุ่งโรจน์และความก้าวหน้าในชีวิต จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๙

มีระเบียบวินัย

วินัยคืออะไร ?

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวง ฯ ท่านกล่าวว่า "วินัยคือการฝึกกาย วาจาให้อยู่ในระเบียบแบบแผนที่ดี เพื่อให้การอยู่ร่วมกันของมนุษย์เป็นไปโดยเรียบร้อยเสมอกัน

ระเบียบเป็นความจำเป็นสำหรับมนุษย์ที่อยู่ร่วมกัน เพราะฉะนั้นหมู่คณะหนึ่ง ๆ จึงต้องวางระเบียบซึ่งเรียกว่าวินัยขึ้นสำหรับใช้ในหมู่คณะนั้น ๆ เช่น พระสงฆ์ก็มีพระวินัยสำรับหมู่สงฆ์ ข้าราชการทหาร ตำรวจ พลเรือน ก็มีวินัยเป็นหลักปฏิบัติตลอดจนสโมสร สมาคม สภา และโรงเรียนก็ต้องมีระเบียบข้อบังคับไว้ ทั้งนี้ก็เพื่อความเจริญของหมู่คณะนั้นเอง"

วินัยอาจแยกออกเป็น ๒ อย่างคือ

๑. วินัยทางโลก

๒. วินัยทางธรรม

วินัยทางโลกหมายถึงระเบียบสำหรับควบคุมคนในสังคมหนึ่ง ๆ ให้กระทำหรือให้ละเว้นการกระทำ เช่น กฎหมาย พระราชบัญญัติ พระราชกฤษฎีกา กฎกระทรวง คำสั่ง ประกาศ กติกา ข้อบังคับ ระเบียบ แบบแผน และธรรมเนียม เป็นต้น

วินัยทางธรรมหมายถึงทางศาสนา ทุกศาสนาย่อมบัญญัติวินัยไว้เป็นแนวปฏิบัติของศาสนิกของตน เช่น ศาสนาฮินดู (พราหมณ์) มีฮินดูธรรม ๑๖ ข้อ ศาสนาคริสต์มีพระบัญญัติ ๑๐ ประการ ศาสนาอิสลามมีรุก่นอิสลาม ๕ ข้อ

สำหรับพระพุทธศาสนา มีศีล ๕ ศีล ๘ สำหรับฆราวาส ศีล ๑๐ สำหรับสามเณร และศีล (วินัย) ๒๒๗ สำหรับพระภิกษุสงฆ์

มีระเบียบวินัยเป็นมงคลอย่างไร ?

ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๑ หน้า ๓๕๙ ท่านพูดไว้น่าฟังว่า "ดาบคมที่ไม่มีฝัก และลูกระเบิดที่ไม่มีสลักนิรภัย อาจมีทั้งคุณและโทษแก่ผู้ใช้เท่า ๆ กัน เพราะฉะนั้น ผู้ประดิษฐ์คิดทำสิ่งเหล่านี้ขึ้นได้แล้ว เขาจึงทำฝักหรือสลักนิรภัยขึ้นไว้ด้วย ทำนองเดียวกัน "ความรู้" และ "ความเป็น" ในมงคลของพหุสัจจะและศิลปะนั้น เป็นความแหลมคมแห่งสติปัญญา อาจใช้ฟาดฟันทิ่มแทงได้สารพัดปัญหา แต่ถ้าหากความรู้และความเป็นไม่มีวินัยกำกับแล้ว ก็จะมีทั้งคุณและโทษเท่ากัน เพราะความรู้และความเป็นนั่นแหละคนจึงสามารถฉ้อโกงเงินได้เป็นล้าน ๆ แล้วก็ติดตารางเป็นสิบ ๆ ปี เพราะความรู้และความเป็นนั่นแหละจึงคิดอ่านทำผิดอาญาแผ่นดิน จนกระทั่งตัวเองต้องระเหเร่ร่อนไม่มีแผ่นดินอยู่___

โปรดคิดดูรอบ ๆ ตัวท่านก็ได้ บรรดาคนที่ต้องรับโทษทัณฑ์ต่าง ๆ นั้น ส่วนมากใช้ความรู้ความเป็นของเขาเองทำความผิดใช่หรือไม่ ? นักประดิษฐ์วัตถุระเบิดเขาทำสลักนิรภัยไว้ ช่างดาบก็ทำฝักกันอันตรายไว้เช่นเดียวกัน เมื่อพระพุทธองค์ทรงสอนศาสนิกให้เป็นคนคงแก่เรียน และให้มีศิลปะแล้วจึงทรงสั่งสำทับด้วยว่าต้องมีวินัย"

เพราะฉะนั้น วินัยซึ่งเป็นเสมือนเกราะแก้วป้องกันภัย จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๑๐

วาจาเป็นสุภาษิต

"ปาก" มีหน้าที่หลักอยู่ ๒ อย่าง คือ กิน กับ พูด คนเรามีปากแล้ว แต่ไม่รู้จักพูด ก็เสีย คือเกิดโทษนานาประการ เรื่องกินจะยกไว้ในที่นี้จะพูดเฉพาะเรื่อง "พูด"

ปากคนเรานี่อาจพูดได้สารพัดอย่าง แต่เมื่อกล่าวโดยย่อก็มี ๒ อย่าง คือ พูดดี กับพูดชั่ว พูดดีเรียกสุภาษิต พูดชั่วเรียกทุพภาษิต

ผลของการพูด ๒ อย่างนี้ แตกต่างกันมาก ดังคำโบราณกล่าวไว้ "พูดดีเป็นศรีแก่ตัว พูดชั่วพาตัวอัปรา" หรือคำกลอนสุภาษิตของสุนทรภู่ว่า

เป็นมนุษย์สุดดีก็ที่ปาก จะได้ยากโหยหิวเพราะชิวหา
แม้นพูดดีมีคนเขาเมตตา จะพูดจาจงพิเคราะห์ให้เหมาะความ

(จากสุภาษิตสอนหญิง)

ถึงบางพูดพูดดีมีศรีศักดิ์ มีคนรักรสถ้อยอร่อยจิต
แม้นพูดชั่วตัวตายทำลายมิตร จะชอบผิดในมนุษย์เพราะพูดจา

(จากนิราศภูเขาทอง)

คำว่า "วาจาเป็นสุภาษิต" มาจากคำว่า "สุภาสิตวาจา" แปลว่า ถ้อยคำที่กล่าวดีแล้ว

วาจาเป็นสุภาษิตมีลักษณะ ๕ ประการคือ

๑. กล่าวตามกาล คือพูดเหมาะกับกาลเวลา รู้ว่าอะไรควรพูด อะไรไม่ควรพูด

๒. กล่าวแต่วาจาสัตย์ คือพูดตามความที่เป็นจริง ไม่พูดเท็จหลอกลวงให้ผู้อื่นเข้าใจผิด

๓. กล่าววาจาอ่อนหวาน คือพูดแต่คำที่ไพเราะเสนาะโสต ไม่กล่าวคำหยาบคาย

๔. กล่าววาจาประกอบด้วยประโยชน์ คือพูดคำที่เป็นสาระแก่ผู้ฟัง ไม่พูดจาเพ้อเจ้อเหลวไหล

๕. กล่าวด้วยเมตตาจิต คือพูดด้วยความหวังดีมีเมตตา ปรารถนาให้ผู้ฟังมีความสุข เบิกบาน แช่มชื่น

ตัวอย่างประกอบเรื่องวาจาสุภาษิต

๑. สมเด็จพระวันรัตวัดป่าแก้ว[๑] ท่านผู้นี้ดำรงตำแหน่งมหาสังฆนายก เมื่อทราบว่าสมเด็จพระนเรศวรทรงทำยุทธหัตถี มีชัยแก่พระมหาอุปราชา แต่กลับมีพระราชดำรัสให้ลูกขุนพิจารณาพิพากษานายกองที่ตามเสด็จไม่ทันรบพุ่งพร้อมกันตามรับสั่ง และมีผู้ที่จะต้องถูกประหารชีวิตหลายคน จึงพร้อมด้วยพระราชาคณะรวม ๒๕ รูปเข้าไปเฝ้าถามข่าวถึงการที่เสด็จสงครามตามประเพณี

สมเด็จพระนเรศวรก็ตรัสเล่าถึงการที่ทรงทำยุทธหัตถีได้ชัยชนะแก่พระมหาอุปราชาให้พระราชาคณะทั้งปวงฟังจนตลอด ครั้นแล้วสมเด็จพระวันรัตจึงถวายพระพรถามว่า เมื่อทรงมีชัยแก่ข้าศึกแล้วเหตุไฉนข้าราชการทั้งปวงจึงต้องมีโทษ

สมเด็จพระนเรศวรตรัสตอบว่า นายทัพนายกองเหล่านี้กลัวข้าศึกมากกว่ากลัวพระองค์ และให้พระองค์พร้อมด้วยพระอนุชาเสด็จฝ่าเข้าไปท่ามกลางข้าศึก ต่อมีชัยจึงได้เสด็จกลับ มิเช่นนั้น แผ่นดินก็จะตกเป็นของข้าศึก เพราะเหตุนี้จึงตรัสสั่งให้ลงโทษตามอาญาศึก

สมเด็จพระวันรัตได้โอกาสจึงถวายพระพรเปรียบเทียบถึงเหตุการณ์ครั้งที่พระพุทธเจ้าทรงเผชิญกับพญามารด้วยลำพังพระองค์ เพราะพระเบญจวัคคีย์ทั้งห้าก็หนีไปอยู่เสียที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แต่พระองค์ก็สามารถเอาชัยชนะพญามารได้ นับว่าเป็นอัศจรรย์ฉันใด

การที่พระองค์พร้อมด้วยพระอนุชาเสด็จออกสู้รบตามลำพัง โดยกองทัพตามไม่ทันแต่ยังสามารถเอาชนะแก่ข้าศึกได้นี้ นับเป็นที่น่าอัศจรรย์ และเป็นพระเกียรติยิ่งกว่าเสด็จออกรบพรั่งพร้อมด้วยกองทัพ ฉันนั้น

---

๑. จากหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวงฯ

ปรากฏว่าคำอุปมาที่สมเด็จพระวันรัตได้ถวายพระพรนี้ทำความชื่นชมโสมนัสให้เกิดแก่สมเด็จพระนเรศวรเป็นอันมาก เมื่อท่านเห็นได้โอกาสจึงทูลขอพระราชทานอภัยโทษนายทัพนายกองเหล่านั้น ซึ่งก็ได้โปรดพระราชทานให้

๒. โทณพราหมณ์[๒] เมื่องานถวายพระเพลิงพระสรีระ แห่งพระผู้มีพระภาคเสร็จแล้ว มัลลกษัตริย์จึงเชิญพระสารีริกธาตุไปประดิษฐานในสัณฐาคารศาลา ภายในกุสินารานคร ทรงทำสักการบูชาด้วยบุปผามาลัยสุคนธชาติเป็นอเนกประการ และฟ้อนรำดุรยสังคีตประโคม สิ้นกาล ๗ วัน

ครั้งนั้น กษัตริย์ทั้ง ๖ พระนคร มีพระเจ้าอชาตศัตรูแห่งราชคฤห์มหานครเป็นต้นกับพราหมณ์อีก ๑ รวมเป็น ๗ ได้ส่งทูตถือพระราชสาส์น เพื่อขอพระสารีริกธาตุ แต่มัลลกษัตริย์ไม่ยินยอม โดยอ้างว่า "สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคเจ้า เสด็จปรินิพพานในคามเขตแห่งเรา เราทั้งหลายจะไม่แบ่งส่วนพระสารีริกธาตุให้

เมื่อเป็นเช่นนั้น สงครามแย่งพระสารีริกธาตุก็ทำท่าจะเกิดขึ้น แต่ด้วยอาศัยความสามารถของโทณพราหมณ์เหตุการณ์ตึงเครียดจึงสงบลงได้ คือ โทณพราหมณ์กล่าวว่า

"ขอคณานิกรเจ้าผู้เจริญ จงฟังวาจาอันจำจะต้องทำตามโดยส่วนเดียวของข้าพระองค์ครั้งนี้ สมเด็จพระพุทธเจ้าผู้เบิกบานแล้วด้วยสรรพคุณ เป็นสรณะที่พึ่งแห่งเราทั้งหลาย พระองค์เป็นขันติวาท กล่าวสรรเสริญขันติความอดกลั้นทนทานต่อพาหิรทุกข์และกำลังกิเลสอันจะมาปรารภส่วนพระสรีระแห่งพระองค์เป็นต้นเหตุแล้ว จะทำสัมประหารต่อสู้กันด้วยศัตราวุธเป็นสงครามขึ้นไม่ดีไม่งามเลย

ข้าแต่กษัตริย์เจ้าผู้เจริญ บรรดาเราทั้งปวง ทั้งเจ้าพระนครเดิมและต่างราชธานีจงพรักพร้อมสามัคคีชมชื่นเกษมสานต์ แบ่งพระสารีริกธาตุออกเป็น ๘ ส่วน ให้เสมอกันทุกพระนครเถิด ขอพระสถูปบรรจุพระสารีริกธาตุจงแพร่หลายทั่วทุกทิศ จักให้สำเร็จประโยชน์และสุขแก่นิกรสัตว์สิ้นกาลนาน ชนทั้งหลายผู้เลื่อมใสแด่พระองค์ผู้มีพระญาณจักษุนั้น มีอยู่มากพ้นที่จะคณนา"

---

๒. จากหนังสือพระพุทธประวัติเล่ม ๓ ของมหามกุฏราชวิทยาลัย

ลำดับนั้น กษัตริย์และพราหมณ์ทั้ง ๘ พระนครได้สดับมธุรภาษิต ก็ทรงอนุมัติเห็นชอบในสามัคคีธรรม พร้อมกับมอบธุระให้โทณพราหมณ์เป็นผู้แบ่งพระบรมธาตุ

ตามที่ยกตัวอย่างมา ๒ เรื่องนี้ พอชี้ให้เห็นได้แล้วว่า "วาจาเป็นสุภาษิต" นั้นเป็นมงคลประการหนึ่ง

โบราณท่านจัดลำดับความสำคัญของปากไว้ว่า "ปากเป็นเอก เลขเป็นโท หนังสือเป็นตรี ชั่วดีเป็นตรา" คือเท่ากับท่านบอกว่า ความเจริญหรือความเสื่อมของชีวิตคนเราขึ้นอยู่กับ "ปาก" นั่นเอง

ในมงคลชุดที่ ๓ นี้ มีหัวข้อธรรมที่จะพึงปฏิบัติอยู่ ๔ ข้อ คือ

พาหุสัจจะ = ความเป็นผู้สดับมาก (ความรู้ดี)

สิปปะ = มีศิลปะ (ความสามารถดี)

วินัย = มีระเบียบวินัย (ความประพฤติดี)

สุภาสิตวาจา = วาจาเป็นสุภาษิต (พูดดี)

คุณธรรม ๔ ประการนี้ พระตรัสว่าเป็นมงคลอันสูงสุด ผู้หวังศิริมงคลจะต้องปฏิบัติให้ครบ จึงจะได้ผลสมบูรณ์เหมือนยาชุด ต้องรับประทานให้ครบชุดตามแพทย์สั่งจึงจะได้ผล สมมุติว่า คน ๆ หนึ่งมีความรู้ดี มีความสามารถดี มีความประพฤติดี แต่เป็นคนปากเสีย ศิริมงคลก็หนีหมด เจริญยาก จะหันหน้าไปหาใคร จะพูดคุยกับใคร มีแต่คนเขาเบือนหน้าหนี จะต้องครบชุดจึงจะได้ผลสมบูรณ์ คือ

ความรู้ดี

ความสามารถดี

ความประพฤติดี

พูดดี

ชุดที่ ๔

มาตาปิตุอุปฏฺฐานํ ปุตฺตทารสฺส สงฺคโห
อนากุลา จ กมฺมนฺตา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า การบำรุงมารดาบิดา ๑ การสงเคราะห์บุตร ๑
การสงเคราะห์ภรรยา ๑ การทำงานไม่อากูล ๑
นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๑๑

การบำรุงมารดาบิดา

ศัพท์ธรรมะมีคำร้องเรียกพ่ออยู่ ๒ คำ คือ ชนก กับ บิดา เรียกแม่อยู่ ๒ คำ คือ ชนนี กับ มารดา

คำว่า ชนก แปลว่า ชายผู้ให้กำเนิด คำว่า ชนนี แปลว่า หญิงผู้ให้กำเนิด

คำว่า บิดา แปลว่า ชายผู้เลี้ยงลูก คำว่า มารดา แปลว่า หญิงผู้เลี้ยงลูก

ชายหญิงใดมีลูกแล้วไม่เลี้ยง ชายหญิงนั้น เรียกว่า "ชนกชนนี" ชายหญิงใดไม่มีลูก แต่ไปขอลูกคนอื่นมาเลี้ยง ชายหญิงนั้นเรียกว่า "บิดามารดา"

ผู้ที่มีลูกเองด้วย เลี้ยงดูลูกด้วย ชื่อว่าเป็นทั้งชนกชนนี และเป็นทั้งบิดามารดา ภาษาไทยเราเรียกว่า "พ่อ — แม่" ซึ่งเป็นคำที่กินความกว้าง และมีความหมายทราบซึ้ง จึงขอใช้คำนี้ต่อไป

ในโลกนี้ คนที่นับว่ามีบุญคุณต่อชีวิตของเรามากที่สุด เห็นจะไม่มีใครเกินพ่อแม่ไปได้ เพราะฉะนั้น ท่านจึงได้รับการยกย่องว่าเป็นพรหมของลูก เป็นบุพเทพ เป็นบุรพาจารย์ และเป็นอาหุไนยบุคคลของลูก

ที่ว่า พ่อแม่เป็นพรหมของลูกนั้น เพราะท่านตั้งอยู่ในพรหมวิหารธรรม ๔ ประการ คือ

๑. เมตตา มีความรักปรารถนาให้ลูกมีความสุข

๒. กรุณา มีความสงสารเมื่อเห็นลูกได้รับทุกข์

๓. มุทิตา มีความปลาบปลื้มยินดีเมื่อเห็นลูกได้ดี

๔. อุเบกขา มีความเที่ยงธรรม วางเฉย เมื่อลูกอยู่ ในฐานะสุดจะแก้ไข

ที่ว่า พ่อแม่เป็นบุพเทพของลูกนั้น เพราะท่านเป็นประดุจเทวดาที่คอยพิทักษ์ปกปักรักษาลูกมาก่อนใครอื่น

ที่ว่า พ่อแม่เป็นบุรพาจารย์ของลูกนั้น เพราะท่านเป็นผู้คอยแนะนำพร่ำสอนลูกมาแต่อ้อนออกก่อนครูอาจารย์อื่น ๆ

ที่ว่า พ่อแม่เป็นอาหุไนยบุคคลของลูกนั้น เพราะท่านเป็นผู้สมควรได้รับของมีข้าวน้ำเป็นต้นที่ลูกนำมาเพื่อบูชาพระคุณ

บุตรพึงบำรุงพ่อแม่ได้ ๕ ทางคือ

๑. ท่านได้เลี้ยงมา เลี้ยงท่านตอบ

๒. ช่วยทำกิจการงานของท่าน

๓. ดำรงวงศ์ตระกูล

๔. ประพฤติตนให้เป็นคนควรรับทรัพย์มรดก

๕. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

ที่ว่า "ท่านได้เลี้ยงเรามา เลี้ยงท่านตอบ" นั้น การเลี้ยง ท่านว่าเราจะต้องเลี้ยงทั้ง "กาย" และ "ใจ" ของท่าน

เลี้ยงกาย คือการบำรุงเลี้ยงด้วยปัจจัย ๔ มีข้าวน้ำ ขนม นม เนย เป็นต้น ให้ท่านอิ่มหนำสำราญ ไม่อดอยาก หิวโหย

เลี้ยงใจ คือการรักษาน้ำใจของท่าน ระมัดระวังไม่กระทำหรือพูดจาให้เป็นที่กระทบกระเทือนจิตใจของท่าน มอบความเป็นใหญ่ในบ้านให้ท่าน เมื่อท่านว่ากล่าวตักเตือนอะไรทุกคนในบ้านต้องรับฟัง

ลูกบางคนเลี้ยงพ่อเลี้ยงแม่เหมือนอย่างกับเลี้ยงนกเลี้ยงหนู คือให้กินข้าวกินน้ำแล้วก็แล้วกัน ไม่ให้ความสำคัญ ไม่ให้ความเคารพเทิดทูน พ่อแม่พูดอะไรนิด ออกความเห็นอะไรหน่อยก็ดุเอาตวาดเอา "แก่แล้วอยู่เฉย ๆ เถอะน่า หามาให้กินให้ใช้แล้ว ยังจะชอบยุ่งอีก_._." อย่างนี้เรียกว่าไม่เลี้ยง "น้ำใจ" ของพ่อแม่

ที่ว่า "ทำกิจการงานของท่าน" คือให้ถือว่ากิจธุระของพ่อแม่สำคัญกว่าของเรา รีบช่วยจัดช่วยทำให้ท่านเสียก่อน แล้วค่อยทำธุระของเราในภายหลัง อย่าเป็นคนดูดายในกิจธุระของท่าน โดยคิดเสียว่าธุระไม่ใช่ การช่วยทำกิจการงานนี้ ถือเป็นการบำรุงเลี้ยงน้ำใจของท่านอย่างหนึ่ง คือทำให้ท่านสบายใจหมดความกังวล

ที่ว่า "ดำรงวงศ์ตระกูล" คือประพฤติตนเป็นคนดี ไม่ประพฤติตัวเป็นที่เสื่อมเสียแก่วงศ์ตระกูล ให้รักษาความดีและเกียรติของวงศ์ตระกูลไว้ คือเมื่อเป็นอภิชาตบุตรไม่ได้ อย่างน้อย ๆ ก็เป็นอนุชาตบุตรให้ได้ อย่าเป็นอวชาตบุตรผู้ทำลายตระกูล

ที่ว่า "ประพฤติตนให้เป็นคนควรรับทรัพย์มรดก" คือประพฤติตนให้อยู่ในหลักของศีลธรรม เว้นเด็ดขาดจากอบายมุขทางแห่งความพินาศทั้งหลาย คือความเป็นนักเลงสุรา นักเลงหญิง นักเลงการพนัน และคบคนชั่วเป็นมิตร ตั้งตนอยู่ในทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ ๔ ประการ คือ ความขยันหมั่นเพียรในการศึกษาเล่าเรียน หรือในการประกอบอาชีพการงาน รู้จักเก็บรักษาทรัพย์ที่หามาได้ คบแต่คนดีเป็นมิตร และเลี้ยงชีวิตเหมาะสมกับฐานะ

ที่ว่า "เมื่อท่านล่วงลับไปแล้วทำบุญอุทิศให้ท่าน" คือเมื่อพ่อแม่ท่านล่วงลับไปแล้ว วิธีสุดท้ายที่ลูกจะทำให้แก่พ่อแม่ได้คือ ทำบุญอุทิศให้ท่านตามแนวทางของพระพุทธศาสนา

ลูกที่บำรุงพ่อแม่ตามที่กล่าวมานี้ ชื่อว่าเป็นคนกตัญญู ดังธรรมภาษิตบทหนึ่งกล่าวไว้ว่า นิมิตฺตํ สาธุรูปานํ กตญฺญูกตเวทิตา แปลว่า ความกตัญญูกตเวที เป็นเครื่องหมายของคนดี

ลูกที่สำนึกในบุญคุณของพ่อแม่อยู่เสมอ และคอยหาโอกาสที่จะตอบแทนพระคุณของท่านนั้น ทางศาสนาให้การรับรองไว้ว่า "เป็นคนดี" สังคมทั่วไปก็นิยมยกย่องสรรเสริญ

ประสบความเจริญก้าวหน้าในชีวิต ส่วนลูกที่ไม่รู้จักบุญคุณพ่อแม่ พูดจาก้าวร้าว ทำการหักหาญระรานพ่อแม่ต่าง ๆ เรียกว่า ลูกอกตัญญู คนอย่างนี้ทางศาสนาตำหนิว่าเป็นคนเลว สังคมทั่วไปก็รังเกียจ ชีวิตจะพบแต่ความอับเฉาเศร้าหมอง หาความสุขความเจริญไม่ได้

เพราะฉะนั้น การบำรุงพ่อแม่จึงเป็นสิริมงคลแก่ตัวเองประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๑๒

การสงเคราะห์บุตร

พ่อสัตว์แม่สัตว์เมื่อเลี้ยงลูกโต พอปีกกล้าขาแข็งแล้ว ก็รู้สึกว่าหมดหน้าที่ แต่การเป็นพ่อคนแม่คนไม่ใช่เป็นของง่ายอย่างนั้น ต้องคอยรับผิดชอบอยู่ตลอดเวลา ถ้าลูกเรียนเก่ง มีความประพฤติเรียบร้อย คนทั้งหลายก็พากันนิยมชมชอบว่าเลี้ยงลูกดี เราก็พลอยมีหน้ามีตาไปกับความดีของลูกด้วย แต่ถ้าลูกเกเร มีความประพฤติชั่วช้าเลวทราม คนทั้งหลายเขาก็จะแช่งด่ามาถึงพ่อแม่ด้วย

จึงกล่าวได้ว่าสิริมงคลของคนที่เป็นพ่อแม่อยู่ที่ลูก และในด้านตรงกันข้าม ถ้าไม่ป้องกันแก้ไขให้ดีอัปรีย์จัญไรก็จะมาจากลูกนั่นเองตลอดเวลา

เพราะฉะนั้น การสงเคราะห์บุตร พระจึงตรัสว่าเป็นสิริมงคลประการหนึ่ง

พ่อแม่พึงสงเคราะห์ลูกได้ ๕ ทางคือ

๑. ห้ามลูกไม่ให้ทำความชั่ว
๒. ส่งเสริมให้ลูกทำความดี
๓. ให้ลูกได้ศึกษาวิชาความรู้
๔. สนับสนุนให้แต่งงานกับคนดี
๕. มอบทรัพย์มรดกให้ในเวลาอันสมควร

ที่ว่า "ห้ามลูกไม่ให้ทำความชั่ว" คือการดูแลเอาใจใส่ลูกอย่างใกล้ชิด เมื่อลูกทำความชั่วทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี ต้องคอยแนะนำชี้แจงเหตุผลให้เขาเห็นให้เขาเข้าใจว่า

ไม่ดีอย่างไร แล้วห้ามไม่ให้ทำเช่นนั้นอีก ตลอดจนการคบเพื่อน แนะนำให้คบแต่เพื่อนที่ดี ป้องกันไม่ให้คบเพื่อนชั่ว

คำพังเพยที่ว่า "รักวัวให้ผูก รักลูกให้เฆี่ยน" นั้น ยังไม่ล้าสมัยที่จะนำมาใช้ พ่อแม่บางคนจำใจเฆี่ยนลูกเมื่อเขาทำผิดแล้วแอบไปนั่งร้องไห้ เพราะความสงสารลูกก็มี แต่แล้วลูกโตมาได้ดีทุกคน ต่างกับพ่อแม่บางคน ตามใจลูกไปเสียทุกสิ่งทุกอย่างเพราะความรักลูกจะทำผิดทำเสียอย่างไร ไม่เคยดุไม่เคยห้าม มีแต่จะคอยปกปิดความผิดของลูก พอโตขึ้นลูกเสียทุกคน เรียนก็ไม่จบ ความประพฤติก็เกกมะเหรกเกเร เอาเรื่องไม่ได้สักอย่าง พ่อแม่ประเภทนี้ชื่อว่าเป็นศัตรูของลูก

เพราะฉะนั้น การห้ามลูกทำความชั่ว จึงถือว่าเป็นการสงเคราะห์ลูกประการหนึ่ง

ที่ว่า "ส่งเสริมให้ลูกทำความดี" คือ เมื่อห้ามลูกไม่ให้ทำความชั่วแล้ว จะต้องสอนลูก ส่งเสริมลูก ให้กำลังใจลูกทำความดีอีกด้วย เพราะเป็นงานต่อเนื่องกัน เปรียบเหมือนคนกระหายน้ำ เมื่อเว้นไม่ดื่มน้ำแก้วที่เจือยาพิษแล้ว จะต้องยกแก้วน้ำที่สะอาดบริสุทธิ์ขึ้นมาดื่ม จึงจะบรรเทาความกระหายได้

เพราะฉะนั้น ความเพียรพยายามที่จะปลูกฝังคุณธรรมให้เจริญงอกงามในจิตใจของลูก ให้เขาเติบโตมาเป็นคนดีมีศีลธรรม นำไปสู่ความสงบสุขทั้งชีวิตส่วนตัว และสังคม จึงเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ประการหนึ่ง

ที่ว่า "ให้ลูกได้ศึกษาวิชาความรู้" หมายความว่าการขวนขวายสนับสนุนให้ลูกได้ศึกษาหาความรู้เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะสงเคราะห์ลูกอีกประการหนึ่ง ถึงจะยากดีมีจนก็พยายามส่งลูกให้ได้เรียน เพราะวิชาความรู้จะเป็นทรัพย์ติดตัวเขาไปจนตาย โจรขโมยก็ลักไม่ได้ ท่านจึงกล่าวว่า "การให้วิชาความรู้แก่ลูกดีกว่าให้ทรัพย์สมบัติอย่างอื่น" "พ่อแม่ใดปล่อยให้ลูกเป็นคนโง่ พ่อแม่นั้นเป็นศัตรูของลูก" และว่า "การไม่มีลูกหนึ่ง มีลูกแล้วลูกตายเสียหนึ่ง สองอย่างนี้ ก็ยังดีกว่ามีลูกโง่"

นี่แสดงให้เห็นว่า การสนับสนุนส่งเสริมให้ลูกได้รับการศึกษาเป็นภารกิจที่พ่อแม่ทุกคนจะพึงสงเคราะห์ลูก

ที่ว่า "สนับสนุนให้แต่งงานกับคนดี" นั้น เดิมทีเดียวเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะหาคู่ครองที่เหมาะสมให้แก่ลูก แต่ยุคปัจจุบันนี้เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้เปลี่ยนแปลงไป การหาคู่ครองแบบนี้กลายเป็นล้าสมัยไปแล้ว หนุ่มสาวสมัยนี้เขาเลือกคู่ครองกันเอง พ่อแม่อยู่ในฐานะเป็นเพียงที่ปรึกษา คอยทักท้วงติงเมื่อเห็นว่าลูกจะแต่งงานกับคนไม่ดี และให้การสนับสนุนเมื่อลูกเลือกคู่ครองได้เหมาะสมแล้ว

ธรรมดาของลูกที่ดีจะต้องฟังเสียงพ่อแม่ด้วย นำความคิดเห็นของท่านมาประกอบการพิจารณาหาเหตุผลก่อนตัดสินใจ เพราะพ่อแม่ท่านมีประสบการณ์ในเรื่องนี้มาก่อนเรา อย่าปล่อยให้ความรักมาทำให้เรากลายเป็นคนตาบอด หูหนวก บางรายกว่าจะได้สำนึกผิด ก็สายเกินแก้เสียแล้ว

ที่ว่า "มอบทรัพย์มรดกให้ในเวลาอันสมควร" นั้น หมายความว่า เมื่อพ่อแม่เห็นว่าลูกมีอายุมากพอควร มีความประพฤติดี มีความรู้ความสามารถพอที่จะปกป้องคุ้มครองทรัพย์มรดกไว้ได้แล้ว ก็โอนกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สมบัติให้แก่ลูกเป็นผู้ครอบครอง อันเป็นภารกิจข้อสุดท้ายที่พ่อแม่จะพึงสงเคราะห์ลูก

มงคลที่ ๑๓

การสงเคราะห์ภรรยา (สามี)

พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในคัมภีร์ สัตตกนิบาต อังคุตรนิกายว่า ภรรยามี ๗ ชนิด (สามีก็มี ๗ ชนิดเหมือนกัน โดยอนุโลม) คือ

๑. **วธกภริยา** ภรรยาเหมือนเพชฌฆาต ภรรยาประเภทนี้เป็นคนใจร้าย เหี้ยมโหด ขี้โมโหโทโส ปากร้าย ใจร้ายต่อสามีอยู่ตลอดเวลา เหมือนกับเป็นศัตรูคู่อาฆาตกัน ได้โอกาสเมื่อใดก็ฆ่าเสีย

๒. **โจรีภริยา** ภรรยาเหมือนโจร ภรรยาประเภทนี้เป็นคนคดในข้องอในกระดูก ไม่มีความสัตย์ซื่อต่อสามี คอยยักยอกเบียดบังทรัพย์ที่สามีหามาได้เอาไปใช้ในทาง

เสียหายไร้ประโยชน์ เช่น ใช้กิน ใช้เที่ยวสุรุ่ยสุร่ายเพื่อความสนุกสนานส่วนตัว เอาไปเล่นการพนัน หรือเอาไปบำรุงบำเรอชายชู้เป็นต้น

ภรรยาที่มีนิสัยชอบไปเที่ยวก่อหนี้ไว้นอกบ้าน ไม่บอกให้สามีรู้เห็นด้วย แต่ต้องคอยรับบาปตามใช้หนี้ให้ภรรยา รายแล้วรายเล่าไม่สุดสิ้น ภรรยาประเภทนี้ก็จัดเป็นโจรีภริยาโดยอนุโลม

วธกภริยา เป็นผู้ผลาญสุขภาพจิต ร่างกายและชีวิตของสามีเปรียบได้อย่างเพชฌฆาต ส่วนโจรีภริยาเป็นผู้ผลาญทรัพย์สมบัติของครอบครัวเปรียบได้อย่างนางโจร

๓. **อัยยภริยา** ภรรยาเหมือนนาย ภรรยาประเภทนี้ชอบทำตัวเป็นนายสามี ชอบกดขี่สามี เหยียดสามีลงเป็นเสมือนทาสหรือคนใช้ เป็นผู้ผลาญศักดิ์ศรีของสามี

๔. **มาตาภริยา** ภรรยาเหมือนแม่ คือภรรยาที่มีความรักสามีเหมือนแม่รักลูก ซึ่งเป็นความรักที่ประกอบด้วยคุณธรรม คือ เมตตากรุณา

งานใดที่แม่จะพึงจัดทำให้แก่ลูกด้วยความรักความห่วงเช่นเรื่องเกี่ยวกับการกินอยู่หลับนอน เสื้อผ้าและอื่น ๆ ภรรยาย่อมรับงานนั้นมาทำแทน เพราะฉะนั้น จึงมีคำกล่าวไว้ว่า "เมียดีเหมือนแม่" คือถอดเอาหัวใจของแม่มาไว้ในตัวแล้วปฏิบัติต่อสามีเหมือนแม่ปฏิบัติต่อลูก

๕. **ภคินีภริยา** ภรรยาเหมือนน้องสาว คือภรรยาที่มีความรักและเคารพสามีเหมือนน้องสาวรักเคารพพี่ชายไม่กล่าวคำล่วงเกิน มีความเกรงใจ และเชื่อฟังสามีอย่างที่น้องที่ดีจะพึงเชื่อฟังพี่ เป็นต้น

๖. **สขีภริยา** ภรรยาเหมือนเพื่อน คือภรรยาที่เป็นเสมือนเพื่อนของสามี เป็นเพื่อนคู่ทุกข์คู่ยาก เพื่อนร่วมสุขร่วมทุกข์ มีชีวิตอยู่แบบถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน เมื่อเกิดปัญหาอะไรขึ้น ก็ปรึกษาหารือกันด้วยเหตุผล ไม่คิดเหินห่างจากสามี

๗. **ทาสีภริยา** ภรรยาเหมือนทาสี คือภรรยาที่เทิดทูนสามีไว้ในฐานเป็นนาย มีความรักมีความเกรงกลัวสามีเหมือนบ่าวกับนาย ทำงานบริการสามีโดยไม่คำนึงถึงความเหนื่อยยาก คราวสามีโกรธ ก็ไม่แสดงความโกรธตอบ

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๒ หน้า ๑๔๘ — ๑๔๙ ท่านจดลำดับชั้นภรรยาไว้ดังนี้

ภรรยาดี ๔ ชั้น

ดีชั้น ๑ มาตาภริยา = ภรรยาเหมือนแม่

ดีชั้น ๒ ภคินิภริยา = ภรรยาเหมือนน้องสาว

ดีชั้น ๓ สขีภริยา = ภรรยาเหมือนเพื่อน

ดีชั้น ๔ ทาสีภริยา = ภรรยาเหมือนคนใช้

ภรรยาเลว ๓ ชั้น

เลวชั้น ๑ วธกภริยา = ภรรยาเหมือนเพชฌฆาต

เลวชั้น ๒ โจรีภริยา = ภรรยาเหมือนโจร

เลวชั้น ๓ อัยยภริยา = ภรรยาเหมือนนายเหนือหัว

สามีพึงสงเคราะห์ภรรยาได้ ๕ ทางคือ

๑. ด้วยการยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยา

๒. ด้วยไม่ดูหมิ่น

๓. ด้วยไม่ประพฤตินอกใจ

๔. ด้วยมอบความเป็นใหญ่ให้

๕. ด้วยให้เครื่องแต่งตัว

ที่ว่า "ด้วยการยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยา" คือเป็นการยอมรับสถานะของหญิงนั้นว่าเป็นภรรยาโดยเปิดเผยไม่มีการปิดบังอำพราง เช่นมีแขกไปบ้าน ก็แนะนำให้รู้จักว่าเป็นแม่บ้าน หรือไปในงานเลี้ยงต่าง ๆ ก็แนะนำให้ญาติมิตรทั้งหลายรู้จักว่าเป็นภรรยา ซึ่งเท่ากับเป็นการประกาศให้สังคมรู้ว่า "หญิงนี้เป็นภรรยาของตน" ถือว่าเป็นการให้เกียรติเป็นการยกย่องนับถือ

ในทางตรงกันข้าม ชายใดไม่แนะนำแขกที่ไปเยือนถึงบ้านให้รู้จักกับแม่บ้านงานเลี้ยงที่ไหน ๆ ก็ไม่เคยพาภรรยาไปด้วยเลย ปล่อยให้เธออยู่ในสภาพที่เรียกว่า "เมีย

เก็บ" มีฐานะไม่ต่างอะไรกับหญิงรับใช้ประจำบ้านแล้ว ชายนั้นชื่อว่าไม่ยกย่องไม่นับถือภรรยาของตน

จำไว้ว่า หญิงที่ตกลงปลงใจแต่งงานกับชายใดแล้ว มีความปรารถนาในหัวใจตรงกันอยู่อย่างหนึ่ง คือต้องการได้รับการยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยาจากชายนั้น

ที่ว่า "ด้วยไม่ดูหมิ่น" เป็นการกระทำต่อเนื่องจากข้อก่อนคือ เมื่อยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยาแล้ว จะต้องไม่แสดงกิริยาวาจาดูถูกเหยียดหยามภรรยาอีกด้วย เช่นไม่เหยียดว่าเป็นคนจน เป็นคนไร้การศึกษา เป็นคนไร้ความสามารถ เป็นไพร่ไม่มีสมบัติผู้ดี เป็นคนโง่คนเลว เป็นคนไม่ได้ความ เป็นคนบ้า ๆ บอ ๆ เป็นต้น

ธรรมดาของสามีภรรยากันนั้น เมื่อมีเรื่องอะไรก็ชอบที่จะพูดจาไต่ถามกันด้วยเหตุผล ผิดถูกอย่างไร ก็ว่ากล่าวแนะนำกันโดยดี ไม่ใช่แสดงกิริยาหรือกล่าววาจาดูหมิ่นเหยียดหยามกันให้เจ็บใจ เพราะการกระทำเช่นนี้มิใช่วิสัยของสามีภรรยาที่ดีจะพึงกระทำต่อกัน

ท่านสุนทรภู่ กวีเอกของไทย กล่าวไว้ว่า

"อันเจ็บอื่นหมื่นแสนยังแคลนคลาย
เจ็บจนตายนั้นเพราะเหน็บให้เจ็บใจ"

เพราะฉะนั้น การไม่ดูหมิ่น หรือการ "ไม่หมิ่นน้ำใจ" กันนั้น จึงถือว่าเป็นการสงเคราะห์ภรรยาประการหนึ่ง

ที่ว่า "ด้วยไม่ประพฤตินอกใจ" คือให้มีความสัตย์ซื่อต่อกัน ท่านว่า "ความรัก" นั้นเป็น "อมตะ" ไม่มีอะไรสามารถจะมาทำลายได้ สิ่งที่สามารถจะมาทำลายความรักได้มีสิ่งเดียวเท่านั้น คือ การนอกใจ

มีเรื่องที่ผู้ใหญ่ท่านหนึ่งเล่าให้ฟังว่า "...คุณป้าคนหนึ่งชื่อเฮียะ ลุงฮะสามีแกเกิดตายจากไปอย่างปัจจุบันทันด่วน ป้าเฮียะแกมีความเศร้าโศกเสียใจมาก ถึงขนาดไม่ยอมกินน้ำ เพื่อนบ้านไปเยี่ยม พอโผล่เห็นหน้าเท่านั้น แกปล่อยโฮออกมาลั่นบ้านทีเดียว ยิ่งมีใครไปปลอบโยน ก็เหมือนยิ่งไปยุให้แกร้องไห้หนักขึ้น

วันหนึ่ง ท่านผู้ใหญ่ที่เล่าเรื่องนี้ให้ฟัง ท่านไปเยี่ยมป้าเฮียะ พอโผล่เห็นหน้าเท่านั้น แกปล่อยโฮออกมาลั่นบ้านเช่นเคย แต่แทนที่ท่านจะห้าม แทนที่ท่านจะปลอบโยนแม่เฮียะ ท่านกลับยุส่งเลยว่า "ร้องไปเถิดแม่เฮียะ ร้องให้เต็มที่ ผัวตายทั้งคนจะไม่ให้ร้องไห้ได้อย่างไร ยิ่งคนดี ๆ อย่างพ่อฮะนี่ อย่าว่าแต่แม่เฮียะเลย ที่เสียดายและร้องไห้ถึงแม้แต่เมียน้อยบ้านเหนือวัดเขาก็ยังร้องเหมือนกัน"

พอได้ยินคำว่า "เมียน้อย" เท่านั้น น้ำตาของป้าเฮียะหยุดไหลทันที ความเศร้าโศกเสียใจหายไปเป็นปลิดทิ้ง ในหัวใจมีแต่ความแค้นความชังประดังมาแทนที่..."

นี่เป็นเครื่องยืนยันว่า ความรักนั้นเป็นอมตะ ไม่สามารถมีสิ่งใดจะมาทำลายได้แม้แต่ความตาย ตายจากกันไปแล้วตั้งสิบปียี่สิบปีก็ยังรักยังคิดถึงกันอยู่ สิ่งที่จะมาทำลายความรักให้แหลกรานลงได้ชั่วพริบตา มีสิ่งเดียวเท่านั้น คือการนอกใจกัน รู้ว่านอกใจกันเมื่อไรความรักสิ้นสุดลงเมื่อนั้น

คติโบราณเราก็มีอยู่ว่า "ถึงเสียทองเท่าหัว ก็ไม่ยอมเสียผัวให้ใคร"

เพราะฉะนั้น การไม่ประพฤตินอกใจ จึงถือว่าเป็นการสงเคราะห์ภรรยาที่สำคัญยิ่งประการหนึ่ง

ที่ว่า "ด้วยมอบความเป็นใหญ่ให้" คือธรรมดาหญิงที่แต่งงานแล้ว ย่อมปรารถนาความ "เป็นใหญ่" ในบ้าน ใครจะมาก้าวก่ายใหญ่เกินเป็นไม่ยอม

เพราะเหตุนี้กระมัง โดยทั่ว ๆ ไป แม่ผัวกับลูกสะใภ้จึงมักไม่ค่อยจะถูกกัน คือต่างคนต่าง "ชอบใหญ่" ด้วยกัน แม่ผัวก็ถือว่า "ฉันเป็นแม่ต้องใหญ่กว่า" ฝ่ายลูกสะใภ้ก็โต้ว่า "ฉันเป็นเมีย ต้องใหญ่กว่า" ต่างคนต่างชอบใหญ่เลยบ้านแตก อยู่ด้วยกันไม่ได้

มีภาษิตฝรั่งเกี่ยวกับเรื่องนี้อยู่บทหนึ่งว่า "Two women under the same roof means troubles" แปลว่า "หญิงสองคนภายใต้หลังคาเดียวกันหมายถึงความยุ่งยาก" โดยเฉพาะหญิงที่เป็นแม่ผัวกับลูกสะใภ้ หรือเมียหลวงกับเมียน้อย

เพราะฉะนั้น เมื่อในหัวใจของหญิงชอบความเป็นใหญ่อย่างนี้แล้ว และเราก็มอบความเป็นใหญ่ให้จึงถือว่าเป็นการสงเคราะห์ภรรยาประการหนึ่ง

ข้อควรจำมีอยู่ว่า ถ้ายังต้องการความสงบสุขในครอบครัวแล้ว อย่าได้บังอาจนำใครเข้าไปแข่งความใหญ่กันในบ้านเป็นอันขาด

ที่ว่า "ด้วยให้เครื่องแต่งตัว" คือธรรมชาติจิตใจของหญิงโดยทั่ว ๆ ไป ชอบแต่งตัว รักสวยรักงาม ชอบได้รับคำชมว่าสวย ฉะนั้น การจะซื้อของกำนัลให้ภรรยา จึงไม่มีอะไรจะถูกใจเธอเท่าเครื่องแต่งตัวหรือเครื่องประดับ

มีเรื่องเล่าว่า "ชายคนหนึ่ง คิดจะเอาใจภรรยา พอถึงวันเงินเดือนออก จึงซื้อเป็ดย่างไปฝากเธอถึงห้าตัว หิ้วพะรุงพะรังกลับบ้านด้วยความภูมิใจทีเดียว

ฝ่ายภรรยาก็คิดว่า วันนี้เป็นวันเงินเดือนออกจะต้องทำกับข้าวให้สามีรับประทานเป็นพิเศษสักมื้อ จึงทำกับข้าวล้วนแต่ที่สามีชอบ ๆ ทั้งนั้น แต่พอสามีส่งเป็ดย่างให้ห้าตัวก็ผิดหวังหน้าถอดสีทันที คิดระแวงไปว่า เราคงทำอาหารไม่อร่อย ไม่ถูกปากเขาหรือยังไงทำยังงี้เป็นการหมิ่นกันแท้ ๆ อยากกินเป็ดย่างก็น่าจะบอกเรา....คิดไปร้อยแปด แล้วก็พกเอาความเสียใจน้อยใจเก็บไว้ในอก แทนที่จะชื่นชมยินดีกับของกำนัลที่สามีอุตส่าห์หอบหิ้วมาให้นั้น

เป็ดย่างห้าตัวอย่างน้อย ๆ ก็ตั้งร้อยกว่าบาท ให้เขาแล้วก็มิได้เกิดประโยชน์อะไรขึ้นมาเลย มีแต่เสีย ถ้าหากชายคนนั้นรู้และปฏิบัติตามหลักคำสอนนี้ คือแทนที่จะซื้อเป็ดย่าง แต่ซื้อเครื่องประดับ เช่นลิปสติกสักแท่งหนึ่งไปฝากภรรยาก็จะได้ผลกว่าคือถูกเงินด้วยถูกใจภรรยาด้วย

เพราะฉะนั้น การให้เครื่องแต่งตัวหรือเครื่องประดับ จึงถือว่าเป็นการสงเคราะห์ภรรยา

เมื่อสามีสงเคราะห์ภรรยาอย่างนี้แล้ว ภรรยาควรจะต้องสงเคราะห์สามีเป็นการตอบแทน คือ—

๑. จัดการงานในบ้านดี

๒. สงเคราะห์ญาติข้างสามีดี

๓. รักษาทรัพย์สมบัติไว้ดี

๔. ไม่ประพฤตินอกใจ

๕. ขยันทำการงาน

อนึ่ง ภรรยาควรรู้จักหัวใจของชายผู้เป็นสามี ดังที่ท่านประพันธ์เป็นกลอนไว้ดังนี้

เมื่อยามเศร้าหวังเจ้าได้เฝ้าปลอบ
ยามเหนื่อยหอบหวังเจ้าเอาใจใส่
ยามพี่พรากนิรมลไปหนไกล
พี่หวังให้น้องจงถือแต่ซื่อตรง

การสงเคราะห์ซึ่งกันและกันดังกล่าวมานี้ เป็นเสมือนน้ำทิพย์ที่คอยชุบชโลมหัวใจรักให้สดชื่นไม่จืดจาง หรือเปรียบเสมือนโซ่ทองร้อยรัดดวงใจสองดวงให้มีความรักแนบแน่นเป็นดวงเดียว ไม่มีวันจะหน่ายแหนง เป็นทางนำมาซึ่งความสุขและสันติในการครองเรือนครองรัก พระจึงตรัสว่าเป็นมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๑๔

การงานไม่อากูล

คำว่า "การงาน" หมายถึงการทำงานทุกอย่าง เช่น งานศึกษาเล่าเรียน งานอาชีพ และงานอดิเรก เป็นต้น

ในอรรถกถามงคลสูตรท่านกล่าวไว้ว่า "อุบายเครื่องเลี้ยงชีวิตมีกสิกรรม โครักขกรรม และพาณิชกรรม เป็นต้น ชื่อว่าการงาน"

คำว่า "ไม่อากูล" คือ "ไม่คั่งค้าง, ไม่สับสน, ไม่ยุ่งเหยิง" ฉะนั้น "การงานไม่อากูล" ก็คือ การงานที่ไม่คั่งค้าง ไม่สับสน ไม่ยุ่งเหยิง นั่นเอง

งานที่ว่านี้ หมายเฉพาะงานที่อาจทำให้เสร็จได้ และควรทำให้เสร็จด้วย แต่ไม่ทำ เพราะใจของผู้ทำไม่สู้งาน มีความเบื่อหน่าย ท้อถอย รวนเร จับจดไม่จริงจัง เช่น สานกระด้งไว้หน่อย แล้วทิ้ง ไปสานตะแกรง ตะแกรงยังไม่ทันเสร็จ ทิ้งตะแกรง ไปสานกระบุง กระบุงยังไม่ทันเสร็จ ทิ้งกระบุงไปสานตะกร้า นี่แหละคืองานค้าง งานอากูล

หรือบางคนอยากเป็นครู เรียนครูยังไม่ทันจบเบื่อ ลาออกไปเรียนกฎหมาย พอเรียนกฎหมายได้หน่อยเบื่อ ลาออกมาเข้า รร. ทหาร พอเรียนไป ๆ ก็เบื่ออีก ตกลงเลยเรียนอะไรไม่สำเร็จสักอย่าง นี่ก็จัดเป็นงานค้างงานอากูลเหมือนกัน

งานอากูลเป็นอัปมงคลอย่างไร คงพอจะมองเห็นแล้วกระด้ง ตะแกรง กระบุง ตะกร้า ที่สานไม่เสร็จ ย่อมเอาไปใช้ประโยชน์อะไรไม่ได้ คนที่เรียนอะไร ๆ ก็ไม่สำเร็จสักอย่าง ก็ไม่เกิดประโยชน์อันใด จะสมัครเข้าทำที่ไหนเขาก็ไม่รับ

งานที่ทำครึ่ง ๆ กลาง ๆ นอกจากจะเสียของแล้ว ยังทำให้เสียเวลาเปล่า ทำให้เกิดความท้อแท้ หมดกำลังใจ หมดสมรรถนะในตัวอีกด้วย ที่สุดผู้ทำก็กลายเป็นคนจับจด ทำอะไรไม่เป็นชิ้นเป็นอัน เป็นคนหาคุณค่าอันใดมิได้

ผู้ที่จะทำงานไม่ให้อากูลนั้นจะต้องประกอบด้วยคุณธรรมเรียกว่าอิทธิบาท แปลว่า คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จหรือทางแห่งความสำเร็จ มี ๔ ประการ คือ

๑. ฉันทะ พอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น
๒. วิริยะ เพียรประกอบสิ่งนั้น
๓. จิตตะ เอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้นไม่วางธุระ
๔. วิมังสา หมั่นตริตรองพิจารณาเหตุผลในสิ่งนั้น

นวโกวาทหน้า ๑๗

ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๒ หน้า ๑๗๔ ท่านให้คำแปลไว้ว่า

ฉันทะ ความเต็มใจทำ
วิริยะ แข็งใจทำ
จิตตะ ความตั้งใจทำ
วิมังสา ความเข้าใจทำ

บางท่านก็แปลว่า

ฉันทะ รักงาน
วิริยะ สู้งาน
จิตตะ จดจ่องาน
วิมังสา วิจัยงาน

ถึงจะมีผู้ให้คำแปลไว้อย่างไรก็ตาม แต่ก็มีความหมายไปในแนวเดียวกัน คือ "ฉันทะ" หมายถึงความรักงาน ความพอใจในงานที่ทำ และความเต็มใจทำงานนั้น เช่น เป็นนักเรียนก็รักการเรียน เป็นครูก็รักการสอน เป็นเสมียนก็รักการพิมพ์ เป็นชาวนาก็รักต้นข้าว เป็นชาวสวนก็รักต้นไม้เป็นต้น

คนเราเมื่อมีความรักมีความพอใจในสิ่งใดแล้ว ย่อมจะเกิดความกล้า ดังเด็กหนุ่มเป็นตัวอย่าง แม้เดิมเขาจะเป็นคนขลาด ตาขาว แต่พอเกิดความรักในหญิงสาวขึ้นมา หนทางจะไกลแค่ไหนก็ไม่ย่อท้อ อุตส่าห์เดินไปหาเขา แม้ทางจะมืดเปลี่ยวและจะต้องผ่านป่าช้าก็ไม่กลัว เดินไปได้คนเดียว นี่เป็นเครื่องยืนยันว่า คนเราเมื่อมีความพอใจแล้ว ความกล้า ความมานะพยายามก็จะเกิดตามมา

คนกล้า ตรงกันข้ามกับคนขลาดคนกลัว เช่นกลัวหนาว กลัวร้อน กลัวแดด กลัวฝน กลัวหิว กลัวกระหาย กลัวยาก กลัวลำบาก กลัวไปทุกอย่าง ซึ่งเป็นลักษณะของคนเกียจคร้าน ธรรมดาของคนเกียจคร้าน พอจะทำงานทีเป็นต้องอ้างโน่นอ้างนี่ เช่น อ้างว่าหนาวจะตาย ร้อนจะตาย หิวจะตาย อิ่มจะตาย ง่วงจะตาย เหนื่อยจะตาย เพลียจะตาย___ เลยทำอะไรไม่ได้

แต่ "วิริยะ" ทำให้คนเป็นคนกล้า กล้าที่จะเผชิญกับความลำบาก เห็นงานเหมือนเด็กเห็นขนม เดินยิ้มเข้าหางานเอง โดยไม่ต้องมีใครบังคับ

คำว่า "จิตตะ" หมายถึงความเอาใจใส่งาน, จดจ่ออยู่กับงานที่ตนทำ ไม่ห่างเหิน ไม่ทอดทิ้งงาน

คนมีวิริยะเป็นคนมีความเพียรพยายาม มีความมุมานะ มีความบากบั่น กล้าเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ดังกล่าวมาแล้วก็จริง แต่ถ้าขาด "จิตตะ" เสียแล้ว ความเพียรพยายามนั้นจะเป็นไปไม่สม่ำเสมอ ไม่คงเส้นคงวา ท่านเปรียบเหมือนอาการขึ้นต้นไม้ของกิ้งก่า คือวิ่งปรูดขึ้นต้นไม้อย่างรวดเร็ว แล้วหยุดมองโน่นมองนี่อยู่นานเป็นชั่วโมง จึงจะขึ้นต่อไปอีก, แล้วก็หยุดอีก กว่าจะถึงยอดไม้ บางทีกินเวลาตั้งวัน การทำงานของคนขาดจิตตะ ก็เปรียบได้กับการขึ้นต้นไม้ของกิ้งก่า

เพราะฉะนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า "จิตตะ" เป็นตัวกำกับ "วิริยะ" ให้เป็นไปโดยสม่ำเสมอ

อิทธิบาทข้อสุดท้ายคือ "วิมังสา" ซึ่งแปลว่า หมั่นตริตรองพิจารณาเหตุผลในสิ่งนั้น คือใช้ปัญญา หาลู่ทางทำงานให้เรียบร้อย ให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น เช่นใช้เวลาน้อยลงทุนน้อย แต่ได้ผลมากเป็นต้น

การทำงานทั่ว ๆ ไป ท่านวางหลักปฏิบัติไว้เป็น ๓ ขั้น คือขั้นที่ ๑ วางแผนงาน ขั้นที่ ๒ ทำงานตามแผน ขั้นที่ ๓ ประเมินผลงาน การประเมินผลงานนี่แหละคือ วิมังสา

สรุปแล้ว วิธีทำงานไม่ให้อากูล ผู้ทำจะต้องมีคุณลักษณะ ๔ ประการ คือ

— รักงาน
— สู้งาน
— จดจ่ออยู่กับงาน
และ — วิจัยผลงาน

ชุดที่ ๕

ทานญฺจ ธมฺมจริยา จ ญาตกานญฺจ สงฺคโห
อนวชฺชานิ กมฺมานิ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า: ทาน ๑ การประพฤติธรรม ๑
การสงเคราะห์ญาติ ๑ การทำงานไม่มีโทษ ๑
นั้นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๑๕

ทาน

"ทาน" แปลว่า "การให้" ท่านแบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. ให้เพื่อทำคุณ

๒. ให้เพื่อทำบุญ

"ให้เพื่อทำคุณ" คือการให้ตามความมุ่งหมายของ "ทาน" ในสังคหวัตถุ ๔ ซึ่งหมายถึง การแบ่งให้, ปันให้ เพื่อเป็นการปลูกไมตรีจิตและความรักต่อกัน เช่น เย็นวันนี้เรามีแกงหนึ่งหม้อ แทนที่เราจะรับประทานคนเดียวหรือเฉพาะในครอบครัวเรา แต่เรานึกถึงเพื่อนบ้าน เราจึงตักไปให้บ้านใกล้เคียงบ้านละถ้วย เพื่อให้เขาได้รับประทานของแปลก ๆ บ้าง ผู้ที่ได้รับของจะรู้สึกขอบคุณในไมตรีจิตนั้น เมื่อถึงคราวเขามีของแปลก ๆ รับประทาน เขาก็อดคิดถึงเราไม่ได้

ตามธรรมดาแกงหม้อนั้น ถ้าเรารับประทานเฉพาะในครอบครัวเรา ก็ได้แค่ทุกคนอิ่ม และแกงก็หมดหม้อเหมือนกัน แต่ถ้าเรามีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เป็นคนใจแคบ รู้จักแบ่งปันแล้ว ทุกคนก็กินอิ่ม แม้แกงหม้อนั้นจะหมดไปแล้ว แต่มีสิ่งที่เหลืออยู่คือ "ไมตรีจิต" คนใจแคบได้แค่อิ่มท้องอย่างเดียว แต่คนใจกว้างได้สองอย่างคือได้ทั้งท้องอิ่มและได้ทั้งไมตรี หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า คนใจแคบกินแล้วหมด แต่คนใจกว้างกินแล้วไม่หมด

ถ้าจะตั้งปัญหาถามว่า "ให้เขาแล้ว ของเราหมดไปหรือไม่ ?"

ก็ต้องตอบว่า "หมด"

ให้เขาไปเท่าไหร่ ก็หมดไปเท่านั้น

แต่ "หมด" ในลักษณะดังกล่าวนี้ เป็นการหมดที่ไม่รู้จักสิ้น เป็นการหมดที่ให้ผลเป็นทวีคูณ เปรียบได้กับการออกกำลังกาย เช่นคนที่ออกวิ่งทุก ๆ เช้า ถ้าจะถามว่า "วิ่งแล้วหมดกำลังไปไหม ?" ก็ต้องตอบว่า "หมด" แต่เป็นการหมดที่ก่อให้เกิดกำลังความแข็งแรง คนที่ไม่ออกกำลัง ถนอมกำลังไว้เสียอีก จะกลายเป็นคนอ่อนแอขี้โรค

ลักษณะของ "ทาน — การแบ่งปัน" ก็เปรียบได้กับการออกกำลังดังกล่าวนี้.

ทาน — การแบ่งปันปลูกไมตรีได้อย่างไร ?

ของที่เราซื้อเขามาใช้ พอชำระราคากันแล้วก็หมดเรื่องกัน ไม่มีอะไรเกี่ยวพันกันอีกระหว่างคนซื้อกับคนขาย แต่ของที่ให้กันไม่เป็นเช่นนั้น เยื่อใยระหว่างผู้ให้กับผู้รับยังคงมีอยู่ ที่เป็นเช่นนี้เพราะของที่ให้นั้นไม่ใช่เป็นเพียงของธรรมดา ๆ แต่เป็นของ + ด้วยน้ำใจของผู้ให้ ยิ่งผู้ให้เป็นคนที่เรารักนับถือด้วยแล้ว ฤทธิ์ของ ๆ ที่ให้นั้นยิ่งมีมากมายเหลือเกิน ขนาดมองเห็นของก็เหมือนได้เห็นหน้าคนให้ทีเดียว

ฉะนั้น ทาน — การแบ่งปัน จึงเป็นการปลูกไมตรีได้อย่างดียิ่ง เพราะผู้ให้ย่อมเป็นที่รักของผู้ได้รับ

มีเรื่องเล่ากันมาว่า "แม่บ้านคนหนึ่ง ซื้อมะเขือเปราะไปแกง เอามะเขือไปตัดขั้วผ่าสี่แช่น้ำไว้ เมื่อเคี่ยวกะทิและปรุงเครื่องแกงได้ที่แล้ว ก็ใช้มือสงเอามะเขือที่ผ่าแช่น้ำไว้นั้นใส่ลงในหม้อแกง แล้วก็สาดน้ำแช่มะเขือทิ้งไป ในน้ำนั้นมีเมล็ดมะเขือติดไปด้วย จึงไปขึ้นอยู่ริมรั้วบ้าน ต่อมาเย็นวันหนึ่ง พ่อบ้านกลับจากทำงาน เห็นมะเขือนั้นโดยบังเอิญ มันพยายามชูยอดขึ้นเหนือหญ้า และมีผลซึ่งไม่ค่อยจะสมบูรณ์นัก เพราะขาดการบำรุง ประมาณ ๗ — ๘ ผล จึงเก็บเอาไปจิ้มน้ำพริกรับประทานในเย็นวันนั้น รู้สึกเอร็ดอร่อยเป็นพิเศษ

เมื่อเขารับประทานอาหารเสร็จแล้ว ทำให้เขาคิดถึงมะเขือต้นนั้น จึงได้หยิบจอบไปถากหญ้าบริเวณรอบ ๆ ต้น แล้วพรวนดิน ใส่ปุ๋ย และรดน้ำ เขากลับจากทำงานก็รดน้ำมะเขือต้นนั้นทุก ๆ เย็น

มะเขือเมื่อได้ปุ๋ยได้น้ำ ก็โตวันโตคืน งอกงามสดใสขึ้น ต่างกว่าแต่ก่อน

เรื่อง "มะเขือริมรั้ว" นี้ ให้คติแก่เราว่า เมื่อต้องการได้ก็จงหัดเป็นผู้ให้ การให้นั้นแหละคือทางที่จะได้รับ เพราะให้ผลก่อน มะเขือจึงได้รับปุ๋ยรับน้ำ

การให้ในลักษณะนี้ เป็นการให้เพื่อ "ทำคุณ"

"ให้เพื่อทำบุญ" มีความมุ่งหมายสูงกว่านั้น, เป็นการให้ที่มิได้หวังผลตอบแทน เป็นการให้เพื่อกำจัดมัจฉริยะคือความตระหนี่เหนียวแน่นในจิต เป็นการให้เพื่อปรับปรุงจิตให้สูงสะอาดและประณีตขึ้น

อกุศลมูล คือรากเหง้าของความชั่วมี ๓ อย่าง เฉพาะข้อแรกคือ โลภะ = โลภ อยากได้ของ ๆ เขา เป็นทางให้คนทำผิดทำชั่วทางหนึ่ง คนที่มีความโลภอยู่ในจิต เป็นคนไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักอิ่ม หิวอยู่ตลอดเวลา แม้ยกสมบัติในโลกนี้ให้เขาทั้งหมด ก็ยังไม่พออยู่นั่นแหละ

ท่านเปรียบเทียบจิตของคนโลภว่าเหมือนกับมหาสมุทรที่ไม่รู้จักอิ่มด้วยน้ำ หรือเหมือนกับไฟที่ไม่รู้จักอิ่มด้วยเชื้อ ยิ่งใส่เชื้อมากเท่าไรยิ่งรุกมากขึ้นเท่านั้น คนโลภก็ทำนองเดียวกัน ยิ่งได้ก็ยิ่งละโมบหนักขึ้น

บางทีท่านเปรียบคนประเภทนี้ไว้ว่าเหมือนกับเปรตตระกูลหนึ่ง ซึ่งมีรูปร่างอัปลักษณ์ ท้องใหญ่เท่ากับพ้อมใส่ข้าว แต่ปากเล็กเท่ารูเข็ม กินเท่าไร ๆ ก็ไม่รู้จักอิ่ม เพราะท้องใหญ่ปากเล็ก มีความหิวโหยอยู่เป็นนิตย์ ต้องทนทุกข์ทรมานแสนสาหัส

คนโลภก็ทำนองเดียวกัน มีเท่าไร ๆ ก็ไม่รู้จักอิ่มไม่รู้จักพอ จิตของเขาหิวกระหายอยู่ตลอดเวลา ต้องดิ้นรนกระเสือกกระสนแสวงหาทรัพย์ทุกวิถีทางไม่เลือก แม้ในทางทุจริตผิดกฎหมาย คนประเภทนี้ได้พาชีวิตของเขาไปพบกับความพินาศย่อยยับมาแล้วนับไม่ถ้วน

พระท่านจึงสอนให้เรากำจัด "โลภะ" คือความโลภในจิตเสีย อาวุธที่จะนำมาปราบ "โลภะ" ได้คือ "ทาน" การให้ คนที่ให้ทานอยู่เสมอ ๆ เป็นกิจนิสัย ย่อมไม่มีความคิดที่จะลักขโมยใคร หรือคนที่บริจาคเงินล้านเพื่อสาธารณประโยชน์ได้ ย่อมไม่คิดที่จะคดโกงใคร เพราะ "ทาน" การให้นั้นเป็นปฏิปักษ์กับโลภะ

การให้ในลักษณะนี้เรียกว่า "ให้เพื่อทำบุญ" คือเป็นการชำระดวงจิตของเราให้สูงสะอาด และสงบสุข

เพราะฉะนั้น ทาน — การให้ จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๑๖

การประพฤติธรรม

คำว่า "ธรรม" คืออะไร, และการประพฤติธรรม หมายถึงประพฤติอะไร ?

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวง ฯ ท่านกล่าวไว้ว่า "**ธรรม** แปลว่า สภาพซึ่งทรงสัตว์ไว้มิให้ตกไปในที่ชั่ว คนเราทุกคนเกิดมาอยากมีความสุข มีความเจริญ มั่งคั่งสมบูรณ์ ไม่อยากตกต่ำ คือไม่อยากทุกข์ ไม่อยากเสื่อม ไม่อยากยากจน ดังนั้นทุกคนจึงต้องประพฤติธรรม..."

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๒ หน้า ๒๒๕ ท่านกล่าวไว้ว่า "...**ธรรมะ** คือ ความถูกกับความดี หมายความว่า ถูกด้วยดีด้วย, ความถูก—ความดีนั่นแหละคือ ธรรมะ"

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๓ หน้า ๖๒—๖๓ ท่านกล่าวไว้ว่า "...ธรรมชาติใดไม่ปราศจากธรรม เหตุนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่าธรรม" และว่า "การประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการชื่อว่าธรรมจริยา"

สรุปแล้ว ธรรมะมี ๒ นัย คือโดยนัยกว้าง หมายถึง "สภาพซึ่งทรงสัตว์ไว้มิให้ตกไปในที่ชั่ว" และหมายถึง "ความถูกกับความดี," โดยนัยแคบหมายถึง "กุศลกรรมบถ ๑๐"

กุศลกรรมบถ ๑๐

จัดเป็นกายกรรม ๓ อย่าง

๑. เว้นจากทำชีวิตสัตว์ให้ตกล่วง
๒. เว้นจากถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้ด้วยอาการแห่งขโมย
๓. เว้นจากประพฤติผิดในกาม

จัดเป็นวจีกรรม ๔ อย่าง

๑. เว้นจากพูดเท็จ
๒. เว้นจากพูดส่อเสียด
๓. เว้นจากพูดคำหยาบ
๔. เว้นจากพูดเพ้อเจ้อ

จัดเป็นมโนกรรม ๓ อย่าง

๑. ไม่โลภอยากได้ของเขา

๒. ไม่พยาบาทปองร้ายเขา

๓. เห็นชอบตามคลองธรรม

(นวโกวาทหน้า ๕๙)

เพราะฉะนั้น การประพฤติธรรมจึงมี ๒ นัย คือ โดยนัยกว้างหมายถึงการประพฤติดีปฏิบัติชอบตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า โดยนัยแคบหมายถึงการประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ ดังกล่าวแล้ว

ในทางปฏิบัติ การประพฤติกุศลกรรมบถ ๑๐ ได้แก่การรักษา กาย วาจา ใจ ของเรานั่นเอง คือระวังรักษากายของเราอย่าไปฆ่าสัตว์, ลักทรัพย์และประพฤติผิดในกาม, ระวังรักษาวาจาของเราอย่าไปพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ, ระวังรักษาใจของเราอย่าไปคิดโลภอยากได้ของ ๆ เขา คิดพยาบาทปองร้ายเขา และเห็นผิดจากคลองธรรม

การกำหนดระวังรักษา กาย วาจา ใจ ของเราตามที่กล่าวมานี้แหละ ชื่อว่าการประพฤติธรรม

มีพระพุทธพจน์ตรัสไว้ความว่า ธรรมทั้งหลายย่อมรวมลงใน "ความไม่ประมาท" เปรียบเหมือนรอยเท้าสัตว์ทั้งหลาย ย่อมรวมลงใน "รอยเท้าช้าง"

ฉะนั้น ผู้ใดตั้งอยู่ในความไม่ประมาททุกเมื่อ ผู้นั้นชื่อว่าประพฤติธรรม

การประพฤติธรรม ย่อมก่อให้เกิดผลดีแก่ผู้ปฏิบัติมากมาย ดังพระพุทธภาษิตว่า

ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารึ ธรรมย่อมคุ้มครองรักษาผู้ประพฤติธรรม, คือคุ้มครองรักษามิให้ตกไปสู่ที่ต่ำที่ชั่ว มีคุกตะรางเป็นต้น ท่านเปรียบว่า เหมือนร่มใหญ่ป้องกันคนกางร่มจากการถูกฝนเปียกฉะนั้น

ธมฺมจารี สุขํ เสติ ผู้ประพฤติธรรมย่อมอยู่เป็นสุข, คือจะกินจะนอนหรือจะไปไหน ๆ ก็มีความสุข เพราะไม่มีเวรมีภัยกับใคร ไม่มีศัตรูที่จะต้องคอยระแวงสะดุ้งกลัว

เพราะฉะนั้น ธรรมจริยา คือการประพฤติธรรม จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๑๗

การสงเคราะห์ญาติ

คำว่า "ญาติ" ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปล เล่ม ๓ หน้า ๑๑๔ ให้คำจำกัดความไว้ว่า "ชนผู้เกี่ยวเนื่องกันข้างมารดาก็ดี ข้างบิดาก็ดี กระทั่งยุคปิตามหะที่ ๗ (คือนับแต่ชั้นแห่งปู่ ย่า ตา ยาย ลงมา ๗ ชั่ว) ชื่อว่าญาติ

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวงฯ ท่านกล่าวว่า "ญาติหมายถึงคนที่เกี่ยวดองกันทั้งฝ่ายมารดา และฝ่ายบิดา, และท่านจำแนกการสงเคราะห์ญาติออกเป็น ๒ คือ

๑. สงเคราะห์ด้วยอามิส เช่นให้ข้าวน้ำ ผ้านุ่ง ผ้าห่ม ที่อยู่อาศัย หรือให้ทุนไปตั้งตัว เวลาเจ็บไข้ช่วยเยียวยา หรือช่วยทำธุระของญาติให้สำเร็จตามความสามารถ

๒. สงเคราะห์ด้วยธรรม เช่น คอยแนะนำชักจูงญาติที่ประพฤติตนไปในทางไม่ดี ให้กลับกลายเป็นคนดี หรือญาติที่ดีอยู่แล้ว ก็ช่วยส่งเสริมสนับสนุน ให้ประพฤติดียิ่งๆ ขึ้น ตลอดจนช่วยส่งเสริมให้ได้ศึกษาเล่าเรียน"

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๒ หน้า ๒๖๙ — ๒๗๑ ท่านกล่าวว่า "ความมุ่งหมายของการสงเคราะห์ญาติ อยู่ที่การผูกสามัคคี คือรวมน้ำใจของญาติให้เป็นปึกแผ่น ไม่ให้แตกแยกกระจัดกระจายกัน เพราะฉะนั้น วิธีสงเคราะห์ก็ใช้หลักสังคหวัตถุ ๔ คือ

๑. ทาน การให้ปันสิ่งของ
๒. ปิยวาจา การพูดจาน่ารัก
๓. อัตถจริยา การบำเพ็ญประโยชน์แก่กัน
และ ๔. สมานัตตตา การวางตัวเหมาะสม

ข้อที่ ๑ ทาน คือการให้สิ่งของ หมายถึงการเอื้อเฟื้อแบ่งกันกินแบ่งกันใช้ ให้ของฝากยามเยี่ยมเยียน ให้ของขวัญยามมงคล ให้ของกินของใช้ยามตรุษยามสารท ตลอดจนให้ทุนรอนทำมาหากิน งานเหล่านี้รวมเรียกว่า "ทาน" เป็นการสงเคราะห์ญาติอย่างหนึ่ง

ข้อที่ ๒ ปิยวาจา พูดจาต่อกันด้วยถ้อยคำสุภาพอ่อนโยน ไม่ด่าทอหยาบคายต่อกัน เวลาร้องเรียกก็ใช้คำอันเป็นเกียรติตามศักดิ์ของญาติ เช่น ลุง ป้า น้า อา พี่ น้อง

อันเป็นภาษาของคนรักใคร่กัน ถึงจะโกรธเคืองขัดใจกัน ก็ไม่แช่งชักหักกระดูกหรือนินทาว่าร้าย

ข้อที่ ๓ อัตถจริยา ทำตัวให้เป็นประโยชน์แก่ญาติ คือ ช่วยเหลือญาตินั่นเอง เมื่อญาติมีธุระการงาน เช่น แต่งงาน บวชนาค ขึ้นบ้านใหม่ เจ็บป่วย เป็นความ การศพ การเมรุ และอื่น ๆ ญาติจะต้องแสดงตัว เพื่อให้ความช่วยเหลือ หรืออย่างน้อยก็ให้กำลังใจ ผ่อนคลายความคับขันและความว้าเหว่

ข้อที่ ๔ สมานัตตตา คือการวางตัวกับญาติโดยเหมาะสมกับฐานะ เคารพต่อญาติผู้ใหญ่ เอ็นดูญาติผู้น้อย ไม่แสดงอาการเย่อหยิ่งจองหอง หรือดูหมิ่นดูแคลน แม้ว่าตนจะมีฐานะแตกต่างกันอย่างไรก็ตาม

มงคลเกิดจากญาติสงเคราะห์

เทวตาภาษิตว่า

สาธุ สมฺพหุลา ญาติ อปิ รุกฺขา อรญฺญชา
วาโต วหติ เอกฏฺฐํ พฺรหนฺตํ ปิ วนปฺปตึ

ถอดใจความว่า

ต้นไม้ที่เกิดรวมกันเป็นป่าดง แต่ละต้นย่อมช่วยปะทะลมพายุให้แก่กัน จึงยืนต้นอยู่ได้นาน ผิดจากต้นไม้ที่เกิดอยู่โดดเดี่ยว แม้จะเป็นไม้จ้าวป่าสูงใหญ่ก็ตาม มันต้องโต้พายุตามลำพังและโค่นลงโดยง่าย

ฉันใดก็ฉันนั้น คนที่มีญาติอยู่พร้อมหน้า ก็ย่อมมีผู้คอยช่วยปะทะมรสุมชีวิตให้หลายคน ที่หนักก็กลายเป็นเบา เมื่อเราทำดีก็มีหลายคนช่วยสนับสนุน

ครั้งหนึ่ง พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จออกไปห้ามทัพพระเจ้าวิฑูฑภะ ที่ยกมาหมายจะฆ่าล้างโคตรพวกศากยวงศ์ให้สมแค้น พระเจ้าวิฑูฑภะทอดพระเนตรเห็นพระพุทธเจ้าประทับนั่งอยู่กลางแดด จึงเสด็จเข้าไปหา ถวายบังคมด้วยความเคารพ แล้วกราบทูลให้พระองค์เสด็จเข้าไปประทับใต้ร่มไม้

พระบรมศาสดาตรัสตอบด้วยพระโวหารที่มีความหมายลึกซึ้งกินใจว่า " มหาบพิตร ชื่อว่าร่มเงาของพระญาติ ย่อมร่มเย็นกว่าร่มเงาต้นไม้ "

การที่พระองค์เสด็จออกห้ามทัพพระเจ้าวิทูฑภะในครั้งกระโน้น จัดเป็นญาติสังคหะ คือการสงเคราะห์พระญาติอย่างหนึ่ง และที่พระองค์ประทับนั่งอยู่กลางแสงแดดและรับสั่งกับพระเจ้าวิทูฑภะเช่นนั้น ก็เพื่อจะเตือนสติพระเจ้าวิทูฑภะให้รู้จักผิดชอบชั่วดี, ญาติที่มีความสามัคคีปรองดองรักใคร่เอออ่อห่อหมกกันเป็นอย่างดีนั้น ย่อมก่อให้เกิดความร่มเย็นเป็นสุข คือร่มญาติเย็นกว่าร่มต้นไม้ แต่พระเจ้าวิทูฑภะมิได้สำนึก เพราะความเคียดแค้นได้ท่วมท้นอัดแน่นอยู่ในพระทัยของพระองค์เสียแล้ว แม้พระพุทธองค์ก็มิอาจเหนี่ยวรั้งไว้ได้

การสงเคราะห์ญาติเป็นมงคลประการหนึ่ง คือก่อให้เกิดความรัก ความสามัคคี ความเข้าใจดีต่อกัน อันจะนำมาซึ่งความเป็นปึกแผ่น อำนาจ และความร่มเย็นเป็นสุข

มงคลที่ ๑๘

ทำงานไม่มีโทษ

มงคลข้อนี้มีพระบาลีพุทธวจนะว่า " อนวชฺชานิ กมฺมานิ " เวลาพูดเป็นบาลีไทยท่านพูดกันย่อ ๆ ว่า " อนวัชชกรรม " แปลว่า " กรรมอันหาโทษมิได้ " หรือแปลเป็นภาษาไทยชัด ๆ ว่า " งานไม่มีโทษ "

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๓ หน้า ๑๓๐ ท่านกล่าวไว้ว่า " กรรม มีการสมาทานองค์อุโบสถ, การทำความขวนขวาย การปลูกสร้างละเมาะไม้ในอาราม และการสร้างสะพานเป็นต้น ชื่อว่า กรรมอันหาโทษมิได้

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวง ฯ ท่านกล่าวว่า " กรรมคือการกระทำ การกระทำของคนมีอยู่ ๒ อย่าง คือ ทำไปแล้วมีโทษ คือผิดธรรมผิดกฎหมาย ทำไปแล้วไม่มีโทษ คือ ถูกธรรม ถูกกฎหมายข้อบังคับ ในที่นี้ ท่านให้เว้นการกระทำที่มีโทษและประกอบกรรมที่ไม่มีโทษ เช่น

๑. ตั้งอยู่ในเบญจศีลและเบญจธรรม ฯ

๒. ขวนขวายช่วยเหลือในการกุศลของผู้อื่น เช่น ช่วยกำลังกาย กำลังทรัพย์ ในการทำบุญ สร้างโรงเรียน สร้างวัด สร้างโรงพยาบาล เป็นต้น

๓. ทำสวนสาธารณะ เช่น ปลูกต้นไม้ ขุดสระน้ำ สำหรับให้ประชาชนได้มาพักผ่อนหย่อนใจ

๔. ทำถนน สร้างสะพาน ปลูกศาลาพักร้อน ให้ประชาชนได้รับความสะดวกในการเดินทางและอาศัย

การกระทำดังกล่าวนี้ เรียกว่า "กรรมไม่มีโทษ"

ในหนังสือมงคลชีวิต ภาค ๒ หน้า ๒๘๘ ท่านกล่าวว่า "....วัชชกรรม หมายถึงงานมีตำหนิ ส่วนอนวัชชกรรม ก็ตรงกันข้าม คืองานไม่มีตำหนิ หาที่ติไม่ได้"

หน้า ๒๙๖ — ๒๙๗ ท่านกล่าวว่า "ท่านลองยกเอางานอะไรก็ได้สักอย่างหนึ่งขึ้นตรวจสอบดูว่า งานนั้นจะเป็นวัชชกรรม (งานมีที่ติ) หรือเป็นอนวัชชกรรม (งานไม่มีที่ติ) โดยเอาผ่านเครื่องมือติชมของบัณฑิตดู แล้วจะเห็นชั้นของงานได้ทันทีว่าควรแก่การติชมแค่ไหน

ก. งานบางอย่างตำหนิได้โดยกฎหมาย

ข. งานบางอย่างกฎหมายไม่มีที่ติ แต่น่าตำหนิทางจารีตประเพณี

ค. งานบางอย่าง ทางกฎหมายและจารีตประเพณีไม่มีที่ติ แต่ติได้ทางศีล

ง. งานบางอย่างจะติโดยกฎหมาย ประเพณีและศีลไม่ได้เลย แต่ทางธรรมติได้

จ. งานบางอย่างหาที่ติไม่ได้โดยตลอดทั้งสี่ด้าน นั่นเป็นยอดงานอนวัชชกรรม คืองานไม่มีโทษ

จำไว้ง่าย ๆ ว่า — ด่านติมีอยู่ ๔ ด่านด้วยกันคือ กฎหมาย ประเพณี ศีล และธรรม"

ถ้าเราจะจัดอันดับก็ได้ดังนี้ "งานที่ตำหนิไม่ได้โดยกฎหมายเป็นอนวัชชกรรมชั้นต้น งานที่ตำหนิไม่ได้โดยประเพณีและศีลเป็นอนวัชชกรรมชั้นกลาง และงานที่ตำหนิไม่ได้ทั้งสี่ด้าน เป็นอนวัชชกรรมชั้นสูง

ถ้าจะมองในแง่อาชีพ ก็อาจแบ่งอาชีพของคนทั่ว ๆ ไปเป็น ๓ ระดับ คือ

๑. อาชีพทุจริต

๒. อาชีพสุจริต

๓. อาชีพบริสุทธิ์

อาชีพทุจริต คือ อาชีพที่ผิดกฎหมาย อาชีพสุจริต คือ อาชีพที่ไม่ผิดกฎหมาย อาชีพบริสุทธิ์ คือ อาชีพที่ไม่ผิดกฎหมายด้วย ไม่ผิดศีลธรรมด้วย

ยกตัวอย่าง : ขายเหล้าเถื่อนเป็นอาชีพทุจริต เพราะผิดกฎหมาย, ขายเหล้ารัฐบาล เป็นอาชีพสุจริต เพราะไม่ผิดกฎหมาย แต่เป็นอาชีพไม่บริสุทธิ์ เพราะผิดศีลธรรม

อาชีพเลี้ยงสัตว์ขาย ขายสัตว์เป็น ขายเครื่องจับสัตว์ ขายอาวุธ ขายเครื่องดองของเมา และอาชีพทางการพนันขันต่อเป็นต้น ที่ไม่ผิดกฎหมาย ถือว่าเป็นอาชีพสุจริต แต่ไม่บริสุทธิ์

อาชีพสุจริต จัดเป็นอนวัชชกรรมชั้นต้น ส่วนอาชีพบริสุทธิ์จัดเป็นอนวัชชกรรมชั้นสูง กล่าวคือ เป็นยอดของอนวัชชกรรม — งานไม่มีโทษ

อนวัชชกรรมชั้นต้นปิดได้แค่ประตูคุก แต่อนวัชชกรรมชั้นสูงสามารถปิดได้ทั้งประตูคุก และประตูอบายภูมิ ๔

โดยนัยนี้ เมื่อพูดถึงความสะอาดของดวงจิต ก็อาจแบ่งออกได้เป็น ๓ ชั้น คือชั้นแค่ไม่ผิดกฎหมาย เป็นชั้นหยาบ ๆ ชั้นไม่ผิดประเพณี — ศีล เป็นชั้นกลาง ๆ และชั้นไม่ผิดธรรม เป็นชั้นสูงสุด

ความจริงมีอยู่ว่า ดวงจิตของผู้ใดยิ่งมีความสะอาด บริสุทธิ์และประณีตมากเท่าใด ผู้นั้นย่อมพบความสงบ และความสุขมากยิ่งขึ้นเท่านั้น

ดังพระพุทธพจน์สุภาษิตว่า "นตฺถิ สนฺติปรํ สุขํ = ความสุขที่จะสุขยิ่งไปกว่าความสงบไม่มีแล้ว"

เพราะฉะนั้น จึงสรุปได้ว่า อนวัชชกรรม คือ การทำงานไม่มีโทษ เป็นมงคลประการหนึ่ง

ในมงคลชุดที่ ๕ นี้ มีหัวข้อธรรมอยู่ ๔ ข้อ คือ—

— ทาน — การแบ่งปัน
— การประพฤติธรรม
— การสงเคราะห์ญาติ
— งานไม่มีโทษ

ธรรม ๔ ประการนี้พระตรัสว่า เป็นมงคลอันสูงสุด.

ชุดที่ ๖

อารตี วิรตี ปาปา มชฺชปานา จ สญฺญโม
อปฺปมาโท จ ธมฺเมสุ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า : การงดเว้นจากบาป ๑ การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา ๑ ความไม่ประมาทในธรรม ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๑๙

การงดเว้นจากบาป

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๒ หน้า ๓๒๓ ท่านกล่าวไว้ว่า "การสร้างความเจริญก้าวหน้าของคนเราแต่ละคน มีคนละสองตอน คือ ตอนนอกเป็นการสร้างความก้าวหน้าทางชีวิต ตอนในเป็นการสร้างความก้าวหน้าทางจิตใจ ในมงคลชีวิต ๓๘ ข้อ ท่านก็เรียง

ลำดับไว้เป็น ๒ ตอน ตั้งแต่ข้อที่ ๑ ถึง ข้อที่ ๑๘ ส่วนมากเป็นเรื่องการสร้างชีวิต เกี่ยวกับสังคม การเรียน การทำมาหากิน เรื่องพ่อแม่ลูกเมีย และแม้การทำงานก็มุ่งงดเว้นเพียงงานที่ไม่มีโทษอันจะเป็นความผิดทางบ้านเมือง และเป็นที่ครหาติเตียนของคนอื่น มงคลตั้งแต่ข้อที่ ๑๙ เป็นต้นไป จะเป็นปัญหาเกี่ยวกับการปรับปรุงจิตใจให้ก้าวหน้าโดยตรง ความมุ่งหมายก็คือ ต้องยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น ๆ ไปจนกระทั่งเลยระดับกิเลสที่จะท่วมทันได้ ซึ่งเรียกว่าเป็นคนมีภูมิใจสูง"

มงคลข้อที่ ๑๙ นี้ มีพระบาลีว่า "อารตี วิรตี ปาปา" แปลว่า "การงดเว้นจากบาป"

อารตี แปลว่า "งด" คือบาปใดมีอยู่ในตัวให้งดเสียอย่าทำบาปนั้นอีกต่อไป

วิรตี แปลว่า "เว้น" คือบาปใดไม่มีอยู่ในตัวก็อย่าไปทำ ให้เว้นเสีย

คราวนี้ มีปัญหาว่า "บาปคืออะไร ?"

คำว่า "บาป ก็คือความชั่ว"

เพราะฉะนั้น การงดเว้นจากบาปก็คือการงดเว้นจากความชั่วนั่นเอง ความชั่วใดมีอยู่ในตัว ท่านให้งด ให้ละความชั่วนั้นเสีย ความชั่วใดไม่มีในตัว ยังอยู่ภายนอกก็อย่านำเข้ามา ให้เว้นความชั่วนั้น ๆ เสีย

การงดเว้นจากความชั่วนี้ ท่านเปรียบว่าเหมือนกับการอาบน้ำฟอกสบู่ชำระล้างร่างกายให้สะอาดดีเสียก่อนแล้วค่อยแต่งตัวทีหลัง จึงจะทำให้รู้สึกสบายกายสบายใจ การทำความดีโดยไม่งดเว้นจากความชั่ว ก็เปรียบเหมือนคนที่แต่งตัวโดยไม่ได้อาบน้ำ เหงื่อไคลยังเกรอะกรัง แม้จะแต่งไปเท่าไร ๆ ใช้น้ำหอมดีแค่ไหนมาดับกลิ่นสาบ เราก็ยังรู้สึกเหนียวเหนอะหนะ คันเนื้อคันตัว ใจคอหงุดหงิด ไม่ปลอดโปร่ง หาความสุขความสบายไม่ได้

บาปหรือความชั่วย่อมเกิดได้ ๓ ทาง คือทางกาย ทางวาจา และทางใจ ฉะนั้นการงดเว้นจากบาปก็คือ การงดเว้นความชั่ว ทางกาย, ทางวาจา และทางใจนั่นเอง

ความชั่วทางกายมี ๓ อย่างคือ

๑. ปาณาติบาต ได้แก่การทำสัตว์มีปราณได้ตกล่วงไป คือการฆ่าคน และการฆ่าสัตว์เดรัจฉาน รวมทั้งการทำร้ายร่างกาย การเบียดเบียนและการทรมานให้ได้รับความเจ็บปวดทุกข์ทรมาน เป็นต้น อันแสดงถึงความโหดเหี้ยมของจิตใจ

๒. อทินนาทาน ได้แก่การถือเอาทรัพย์สินที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ด้วยอาการต่างๆ เช่น ลัก ยักยอก ฉ้อโกง หลอกลวง ชิง วิ่งราว และปล้น เป็นต้น ด้วยอำนาจแห่งโลภจิต

๓. กาเมสุมิจฉาจาร ได้แก่การประพฤติผิดในกาม เช่น ทำชู้ ข่มขืน ฉุดคร่า และอนาจาร เป็นต้น ด้วยอำนาจแห่งโมหจิต

ความชั่วทางวาจามี ๔ อย่างคือ

๑. มุสาวาท ได้แก่พูดเท็จ คือ โกหก ทนสาบาน ทำเล่กระเท่ห์ มารยา ทำเลส เสริมความ และอำความ

๒. ผรุสวาท ได้แก่พูดคำหยาบ เช่น คำด่า สบถ คำต่ำ และคำสกปรก (Dirty Words)

๓. ปิสุณาวาท ได้แก่พูดส่อเสียด เช่น ประชด แดกดัน กระทบกระเทียบ เปรียบเปรย และยุยง เป็นต้น

๔. สัมผัปปลาปวาท ได้แก่พูดเพ้อเจ้อ คือ พูดเหลวไหล พูดพล่อย ๆ พูดหาสาระมิได้

ความชั่วทางใจมี ๓ อย่างคือ

๑. โลภะ ได้แก่โลภอยากได้ของ ๆ เขาในทางทุจริต

๒. พยาบาท ได้แก่คิดอาฆาตปองร้ายผู้อื่น คือการผูกใจเจ็บ ทำลายเขาในทันทีไม่ได้ จึงผูกใจไว้ที่จะแก้แค้นในภายหลัง

๓. มิจฉาทิฏฐิ ได้แก่เห็นผิดจากคลองธรรม คือเห็นว่าบุญบาปไม่มี เห็นว่าทำดีไม่ได้ดี ทำชั่วไม่ได้ชั่ว เห็นว่าบิดามารดาไม่มีบุญคุณ เป็นต้น

การงดเว้นจากบาปคือความชั่วทางกายทางวาจาและทางใจดังกล่าวมานี้ ย่อมเป็นการยกฐานะของจิตให้สูงขึ้น ให้เหมาะที่จะรับการปรับปรุงขั้นต่อไป นับว่าเป็นความก้าวหน้าขั้นต้นของจิต เปรียบเสมือนการอาบน้ำถูสบู่ชำระล้างร่างกายให้สะอาดปราศจากเหงื่อไคลและสิ่งโสโครกทั้งหลาย ซึ่งแม้จะเป็นงานขั้นต้น แต่ก็มีความสำคัญยิ่ง

เพราะฉะนั้น พระจึงตรัสว่า การงดเว้นจากบาป เป็นมงคลแก่ชีวิตประการหนึ่ง

มงคลที่ ๒๐

การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา

มงคลที่ ๒๐ นี้ มีพระบาลีว่า "มชฺชปานา จ สญฺญโม" แปลว่า "การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา" คำว่า "สำรวมจากการดื่ม" คือ "ไม่ดื่ม" คำว่า "น้ำเมา" ได้แก่สุราและเมรัย คือ น้ำเมาที่กลั่นแล้วเรียกว่าสุรนา ส่วนน้ำเมาที่ยังไม่กลั่นเรียกว่าเมรัย หรือจะจำไว้ง่าย ๆ ก็ได้ว่า "สุราน้ำใส เมรัยน้ำขุ่น"

ดื่มน้ำเมามีโทษ ๖ อย่างคือ

๑. เสียทรัพย์
๒. ก่อการทะเลาะวิวาท
๓. ไม่รู้จักอาย
๔. เสียชื่อเสียง
๕. เกิดโรค
๖. ทอนกำลังปัญญา

ที่ว่าดื่มน้ำเมาทำให้เสียทรัพย์นั้น มีบางคนแย้งว่าไม่จริงเสมอไป เพราะถ้าเราดื่มโดยไม่ต้องซื้อก็ไม่เห็นต้องเสียทรัพย์ คือมีใครเขาเลี้ยงจึงดื่ม

ในทางปฏิบัติ คนที่ยังไม่ติด ก็อาจทำได้ดังกล่าวนี้ แต่เมื่อดื่มจนติดแล้ว ก็ต้องควักกระเป๋าซื้อกินเองทุกราย นอกจากซื้อกินเองแล้ว ตอนนี้จะต้องซื้อเลี้ยงเพื่อนอีกด้วย เพราะกินของเขามามากแล้ว ก็ต้องเลี้ยงตอบแทนเขาบ้าง

มีผู้กล่าวว่า "เหล้านั้นราคามันจะแพงก็เฉพาะสองสามแก้วแรกเท่านั้น" หมายความว่า ก่อนดื่มคนเรายังมีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี รู้จักว่าถูกว่าแพงอยู่ แต่พอดื่มสองสามแก้วผ่านไปแล้ว ความรู้สึกผิดชอบเริ่มหมดไป ทำให้ลืมนึกถึงฐานะ ลืมความยากจน ลืมลูกลืมเมีย ลืมทุกสิ่งทุกอย่าง แม้กระทั่งตัวเอง จึงสั่งมากินมาเลี้ยงกันไม่อั้น กินจนเงินในกระเป๋าหมด ก็ยังไม่หยุดไม่ยั้ง ต้องเป็นหนี้เป็นสินเขา เป็นการเสียทรัพย์ไปโดยไร้ประโยชน์

ที่ว่าดื่มน้ำเมาก่อการทะเลาะวิวาทนั้น คือคนเราตามปกติย่อมมีสติคอยควบคุมกายวาจาใจ แต่คนเมาเป็นคนขาดสติ เมื่อขาดสติควบคุมจิตใจเสียแล้วก็เป็นเสมือนเรือขาดหางเสือ ไม่อาจจะบังคับให้แล่นไปตามเส้นทางได้ คนเมานึกอยากจะพูดอะไรก็พูด นึกอยากจะทำอะไรก็ทำ นึกอยากจะด่าใครก็ด่า บางคนตามปกติเป็นคนดีมีเหตุผล ใจเยือกเย็น แต่พอเมาแล้วกลายเป็นคนมุทะลุดุดัน ชอบเกะกะระราน ชอบแส่หาเรื่องกับชาวบ้าน บางรายเป็นเพื่อนกันนั่งกินเหล้าวงเดียวกันแท้ ๆ พอพูดผิดหูหน่อยถึงกับต่อยกัน ตีกัน ฆ่ากันตายก็มีเป็นข่าวอยู่เสมอ

เพราะฉะนั้น พระจึงตรัสว่า การดื่มน้ำเมาเป็นมูลเหตุก่อการทะเลาะวิวาท

ที่ว่า "ไม่รู้จักละอาย" คือ คนที่ดื่มสุราเมามายจนเสียสตินั้นจะกลายเป็นคนไม่รู้จักอาย สามารถทำและพูดในสิ่งที่น่าอับอายได้ เช่นพูดจาหยาบคาย เอะอะโวยวาย ยืนปัสสาวะในที่สาธารณะ นอนกลิ้งเกลือกกลางถนน ผ้าผ่อนหลุดลุ่ยไม่รู้ตัว เป็นต้น

ที่ว่า "เสียชื่อเสียง" คือคนที่ดื่มสุราเมามายอยู่เป็นอาจิณนั้น จะกลายเป็นคนที่ไร้สมรรถภาพ ไม่ได้ทำอะไรให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองและส่วนรวม มีแต่จะก่อความเดือดร้อนวุ่นวายให้แก่ผู้อื่น จะกลายเป็นคนไร้ค่า ไร้เกียรติ ไร้ศักดิ์ศรี จะพูดอะไรกับใครก็ไม่มีคนเขาเชื่อถือ จะขอแต่งงานกับใครก็ไม่มีคนเขาแต่งด้วย เพราะคนเช่นนี้ไปที่ไหนก็ถูกเขาประณามว่าเป็นคนขี้เมา ไม่มีใครเขาคบค้าสมาคมด้วย

ที่ว่าดื่มน้ำเมาแล้วทำให้เกิดโรคนั้น ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๒ หน้า ๓๙๘ ท่านกล่าวไว้ว่า "...สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระวชิรญาณวโรรส ทรงนิพนธ์ไว้ในหนังสือ

เบญจศีลเบญจธรรมว่า เหล้าทำให้เกิดโรคต่าง ๆ คือโรคขัดตามข้อ โรคเมื่อยขบ โรคแน่นมีลมในกระเพาะ โรคจุกเสียด โรคอ้วก โรคอ้วนฉุ โรคอ่อนเพลีย โรคนอนไม่หลับ โรคเบื่ออาหาร ลิ้นเป็นฝ้า คอแห้ง ฯ ล ฯ

แพทย์แผนปัจจุบัน คือ พลจัตวา มงคล แพทยาคม นายแพทย์ทางอายุกรรมกล่าวไว้ย่อ ๆ ในบันทึกโทษสุราว่า.—

๑. **ทางเดินอาหาร** เหล้าทำให้กระเพาะอาหารและลำไส้อักเสบ

๒. **ทางระบบประสาท** เหล้าทำให้มือสั่น ตามัวและบอด ทำให้เกิดวิกลจริตบ้าพิษสุรา

๓. **ระบบทางเดินโลหิต** เหล้าถ้าดื่มพอควร ทำให้ชีพจรเต้นเร็ว ถ้าดื่มมากทำให้ชีพจรอ่อนลง เต้นระยะไม่เท่ากันและสุดท้ายหมดสติ

๔. **ต่อมไม่มีสาย** เหล้าทำให้อักเสบเรื้อรัง ทำให้เป็นโรคเบาหวาน ปวดข้อและเป็นโรคตับแข็ง

๕. **ระบบการหายใจ** เหล้าทำให้ผู้ดื่มหายใจช้าลง ระยะไม่เท่ากัน

นายแพทย์ประสพ รัตนากร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลประสาท พญาไท กล่าวไว้ในเอกสารเรื่อง "เรื่องของเหล้า" ว่าโรคติดสุรามีอยู่ ๔ ประเภท คือ

๑. **Pathological Intoxications** คือโรคเมาเหล้า

๒. **Delirium Iremens** คือโรคไข้เหล้า มีอาการลืมตัว ผวาง่าย มีไข้สูง ๓—๑๐ วัน ระแวง มองเห็นภาพลวงตา หวาดกลัว รู้สึกแปลก ๆ คล้ายมีแมลงไต่ตอมตามผิวหนัง อัตราสูงถึง ๑๐%

๓. **Korsakoff's Syndrome** คือ โรคเหล้าละลายประสาท ไม่อยากกินอาหาร เหน็บชา ลืมตัวง่าย พูดพล่าม

๔. **Acute Hallucinosis** คือโรคเหล้าละลายจิต มีอาการเหมือนโรคจิต มีความระแวงและสำคัญผิด เห็นและได้ยินสิ่งลวงตาลวงหู บางครั้งทนไม่ได้ ต้องด่าหรือออกท่าทางประกอบ"

พล. ต. สุพจน์ ขวัญมิตร ท่านได้เขียนเรื่อง "โปปูรีเวชกรรม" ลงในนิตยสารยุทธโกษฉบับประจำ ก.ค. ๑๗ ซึ่งมีข้อความตอนหนึ่ง ดังนี้.—

ดื่มสุราเข้าไปแล้วจะเป็นอย่างไร ?

พอสุราตกถึงท้อง มันจะเข้าไปในกระแสเลือดแล้วไปถึงระบบสมองส่วนกลาง (มันสมอง) แล้วจึงจะเริ่มออกฤทธิ์ให้การทำงานของเซลล์สมองลดน้อยลง ทำให้สมองมึนชา เราจึงเรียกว่ามันเป็น "ตัวกด" (Depressant) แต่ผลในตอนแรก ๆ คือ แทนที่จะกดกลับไปกระตุ้น เพราะมันไปทำการยับยั้งต่าง ๆ ให้หมดไป เมื่อขาดการยับยั้งแล้ว คนไข้ก็จะพูดหรือทำในสิ่งที่เวลาไม่เมา เขาไม่พูดหรือไม่ทำ แต่เมื่อดื่มเพิ่มเข้าไปอีก ศูนย์กำลัง (Motor Center) ของสมองจึงถูกรบกวน ทำให้เกิดอาการเดินไม่ตรงทาง มือไม้เปะปะ

แอลกอฮอล์จะออกฤทธิ์ช้าเร็วแค่ไหน ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการ เช่น

ก. น้ำหนักตัว เพราะเหตุว่า แอลกอฮอล์เข้าไปละลายอยู่ในเลือดของคนไข้ ชายน้ำหนักตัว ๒๐๐ ปอนด์ จึงทนสุรามากกว่าหญิงซึ่งมีน้ำหนัก ๑๑๐ ปอนด์

ข. ถ้ากระเพาะว่าง สุราย่อมเข้าในกระแสเลือดได้มากกว่าเมื่อท้องไม่ว่าง และถ้ายิ่งปนไปในอาหาร เช่น Egg Nogs (ปนไข่) Bloody Mary (ปนน้ำมะเขือเทศ) จึงไม่มีฤทธิ์เท่ากับดื่มเพียว ๆ

ค. การดื่มช้าหรือเร็ว ถ้าดื่มช้าก็มีโอกาสให้ร่างกายขับถ่ายแอลกอฮอล์ออกไปเสียบ้าง

Hangover หรือสภาพการมึนงง ปวดหัว คลื่นไส้ ซึมเศร้า เหนื่อยอ่อน อันเกิดขึ้นในตอนเช้าวันรุ่งขึ้น ยังไม่มีคำไทยที่เหมาะสม จึงขอเรียกว่า แฮงโอเว่อร์ ไปก่อน ปัจจุบันนี้ วงการแพทย์ยังไม่มียาที่จะรักษาแฮงโอเว่อร์ ได้ แอสไพรินช่วยได้บ้าง แต่ทางป้องกันที่ดีที่สุด คืออย่าดื่มให้มากเกินไปในตอนกลางคืน

อันตรายที่เกิดจากการดื่มสุรา

๑. ตับจะเริ่มมีไขมันอัดมากเกินไป (Fatty liver) จึงทำให้ทำหน้าที่ของมันไม่ได้ดี ในระยะนี้เป็นระยะเดียวที่ตับจะคืนดีได้ด้วยการหยุดดื่ม แต่ถ้าปล่อยให้ถึงระยะตับแข็งเสียแล้วจะคืนดีไม่ได้

๒. กล้ามเนื้อหัวใจ และเซลล์ในสมองจะเริ่มถูกทำลายทีละน้อย ๆ โดยแอลกอฮอล์ นอกจากนั้นนักวิจัยยังพบว่าแอลกอฮอล์จะไปหยุดยั้งเซลล์สมองมิให้ผลิตโปรทีนและ Ribonnucleic Acid (RNA) ซึ่งนักวิจัยเชื่อกันว่ามีส่วนส่งเสริมการเรียนและความจำของคน ๆ นั้น

๓. คนติดสุรามักจะเบื่ออาหาร และตกอยู่ในสภาวะทุโภชนาการ (Malnutrition) และขาดวิตามิน จะแก้โดยทุ่มวิตามินเข้าไปวันละหลาย ๆ เม็ดก็ไม่เป็นผล เพราะการดื่มสุราจะทำให้ร่างกายใช้วิตามินที่กินเข้าไปไม่ได้

๔. การดื่มมาก ๆ จะทำให้กลไกต่อสู้เชื้อโรคของร่างกายเสื่อมลง ผลคือความต้านทานโรคของเขาจะลดไป ได้รับเชื้ออะไรนิดหน่อยก็ติดเชื้อนั้นได้ง่าย คนไข้พิษสุราเรื้อรังจึงอ่อนเพลียและเป็นโรคอาหารไม่ย่อยเรื้อรัง รวมทั้งกระเพาะอาหารอักเสบไปด้วย

๕. จากการที่สุราไปทำลายเซลล์ในสมอง และทำให้เกิดการแปรปรวนในฮอร์โมน ในที่สุดคนไข้ก็จะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ (Impotence)

ข้างบนนี้คือ ผลเสียทางร่างกาย แจงเป็นระบบ ๆ ไป นี่เป็นชื่อโรคและอาการที่อาจจะติดตามมา ถ้าติดสุรามานาน ๆ คือโรคตับแข็ง ท้องมาร ผอมแห้ง อาเจียนเป็นเลือด (ตับแข็ง จะทำให้เส้นเลือดในหลอดอาหารขอดแล้วแตก ทำให้ตกเลือดในกระเพาะ) โรคผิวหนังไหม้เกรียม (Pellagra) ประสาทหลอน และสมองเสื่อมในที่สุด"

ที่ยกเอาทัศนะของนายแพทย์เกี่ยวกับการดื่มสุรามาอ้างไว้หลายท่านเช่นนี้ เพื่อเป็นเครื่องยืนยันว่า การดื่มน้ำเมานั้นเป็นเหตุให้เกิดโรคแน่นอน

ที่ว่าการดื่มน้ำเมาเป็นเครื่องทอนกำลังปัญญานั้น ย่อมไม่มีปัญหา เพราะเมื่อสุขภาพและระบบประสาทถูกทำลายไปดังกล่าวแล้ว กำลังปัญญาก็ย่อมจะถูกทำลายให้เสื่อมสมรรถภาพลงไปด้วย

อนึ่ง ของมึนเมาหรือยาเสพติดอื่น ๆ เช่น ฝิ่น กัญชา มอฟีน และเฮโรอีน เป็นต้น ก็อนุโลมเป็นของต้องห้ามรวมอยู่ในข้อนี้ด้วย เพราะทำผู้เสพให้เสียทรัพย์ เสียสุขภาพ และเสียคนยิ่งกว่าน้ำเมาเสียอีก

การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา และสิ่งเสพติดต่าง ๆ ดังกล่าวจึงเป็นสิริมงคลประการหนึ่ง

มงคลที่ ๒๑

ความไม่ประมาทในธรรม

มงคลที่ ๒๑ นี้มีพระบาลีว่า "อปฺปมาโท จ ธมฺเมสุ" แปลว่า "ความไม่ประมาทในธรรม"

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีเล่ม ๓ หน้า ๒๖๓ ท่านกล่าวไว้ใจความว่า "การไม่ปล่อยจิตไปในกามคุณห้า ด้วยกายทุจริต วจีทุจริต และมโนทุจริต ชื่อว่าความไม่ประมาท, อีกอย่างหนึ่ง การทำโดยเคารพ โดยติดต่อ และโดยไม่หยุดในการบำเพ็ญกุศลธรรม หรือความประพฤติไม่ย่อหย่อน ความไม่ทอดธุระ ความตั้งมั่น ความประกอบเนือง ๆ และการทำให้มากในการบำเพ็ญกุศลธรรม ชื่อว่า ความไม่ประมาท"

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวง ฯ ท่านกล่าวไว้ว่า "ความไม่ประมาท คือ ความมีสติ ระลึกก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด การไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยไป การทำความดีติดต่อกัน ไม่ทำ ๆ หยุด ๆ ไม่มัวเมาในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ตลอดจนไม่มัวเมาในรูปร่างของตน ไม่มัวเมาในวัยของตน ไม่มัวเมาในทรัพย์สมบัติของตน ให้มีสติระลึกถึงการที่จะทำความดีทุกอิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีสติระลึกถึงการประกอบกายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริต ให้มีสติระลึกถึงผลของความชั่ว และผลของความดี แล้วมุ่งหน้าประกอบความดีโดยไม่หยุดยั้ง ให้มีสติระลึกถึงการบรรเทา โลภ โกรธ หลง ให้เบาบาง

การมีสติระลึกดังกล่าวนี้ ชื่อว่า "ความไม่ประมาทในธรรม"

ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๓ หน้า ๒๘ — ๓๒ ท่านกล่าวว่า "คำว่าไม่ประมาทในธรรม ก็คือ ไม่ประมาทในเหตุนั่นเอง ตรงตัวเป๋งเลย

ปัญหาต่อไป การไม่ประมาทในเหตุ คือ ทำอย่างไร ?

อยากทราบโปรดดูซีกตรงกันข้าม คือซีกประมาทในเหตุ คือคนดูเบาต่อการกระทำของตนเอง เพราะการกระทำของเราเองที่เรียกว่ากรรม กรรมนั่นแหละคือเหตุที่จะให้เกิดผลต่อไป ใครดูเบาต่อการกระทำของตนเอง คนนั้นเรียกว่าคนประมาท คนประมาทในเหตุ มีอยู่ ๓ พวกด้วยกัน คือ

๑. พวกกุสีตะ ไม่ทำเหตุแต่จะเอาผล

๒. พวกทุจริตะ ทำเหตุเสียแต่จะเอาผลดี

๓. พวกสิถิละ ทำเหตุน้อยแต่จะเอาผลมาก

คนสามพวกนี้ คือคนประมาทในเหตุ

พวกกุสีตะ คือพวกเกียจคร้าน ไม่อยากทำเหตุแต่จะเอาผล มีอยู่มากเหมือนกัน เวลาเรียนไม่อยากเรียน แต่อยากสอบได้ งานการไม่อยากทำ แต่ความดีความชอบจะเอา ไม่อยากทำประโยชน์แก่ใครแต่อยากให้คนทั้งหลายนิยมชมชอบ ศีลทานภาวนาไม่อยากพูดถึง แต่แล้วอยากได้สวรรค์นิพพาน ทำมาหากิน ไม่อยากเอาเรื่อง แต่อยากมั่งมีศรีสุข คนอย่างนี้แหละ คือคนไม่อยากทำเหตุแต่จะเอาผล เป็นคนประมาทในเหตุอย่างหนัก ขนาดทิ้งเหตุเลยทีเดียว คนพวกนี้ยุ่งอยู่ไม่น้อย ทั้งทางคดีโลก ทั้งทางคดีธรรม ที่ยุ่งนั้นยุ่งตอนที่จะจะเอาผล เวลาทำไม่ทำ แต่ผลจะเอา ครั้นเอาตรง ๆ ไม่ได้ก็เลยหาเรื่องตู่เอาความดีความชอบของคนอื่น โกงเอา หลอกเอา โมเมเอาเหตุที่คนอื่นทำไว้ว่าเป็นของตน ยุ่งเอาการอยู่

พวกทุจริตะ คือพวกทำเสียแต่จะเอาผลดี คนพวกนี้ทำเหตุเหมือนกัน แต่ชอบทำตามอำเภอใจ เสียแบบเสียแผน ศีลธรรมบุญบาปไม่เกี่ยว ทำอะไรซอกแซกจนจะไม่เป็นผู้เป็นคนอยู่แล้ว แต่ครั้นทำไปแล้วมาคิดแก้เอาที่ผล อยากตีหัวใคร ตีให้มันแตกเสียก่อน ผิดถูกค่อยไปวิ่งเต้นเอาที่โรงพัก อยากฉ้อ อยากโกงใคร ล่อให้เต็มเหนี่ยวเสียก่อน แล้วค่อยหาทนายแก้ต่างเอาที่ศาล อยากขโมยใครก็ขโมย ค่อยหลบหนีตำรวจเอาทีหลัง อยาก

ประพฤติเหลวไหลเท่าไรทำไป จวนประชุมบำเหน็จประจำปี จึงกราบ ๆ ไหว้ ๆ เอากับเจ้านาย รวมความว่า เวลาทำเหตุชอบทำเสีย แต่เวลารับผลแล้วจะเอาแต่ผลดี นี่คือคนประมาทในเหตุประเภททุจริตะ

พวกสิถิละ พวกนี้ทำเหตุน้อย แต่จะเอาผลมาก ต่างจากพวกก่อน คือพวกก่อนนั้นเล่นไม่ทำเลย แต่จะเอาและทำเสีย ๆ หาย ๆ แต่จะเอาผลดี ๆ ส่วนสิถิละนี้ทำเหตุดีแต่ว่าย่อ ๆ หย่อน ๆ ทำนิด ๆ หน่อย ๆ แต่จะเอาผลเต็มเม็ดเต็มหน่วย ทำอะไรสักแต่ว่าทำ อย่างที่ข้าพเจ้าเลยตั้งชื่อว่า พวกค้ากำไรเกินควร จุดธูปสามดอกบูชาพระ แต่ปรารถนาจะเอาสวรรค์วิมาน มีนางฟ้าคอยบำเรอนับหมื่นแสน คนพวกนี้ก็ประมาทในเหตุเหมือนกัน

รวมความแล้ว คนประมาทในธรรม (ในเหตุ) มี ๓ จำพวก คือพวกไม่ทำเหตุแต่จะเอาผล พวกทำเหตุชั่ว แต่จะเอาผลดี และพวกทำเหตุน้อย แต่จะเอาผลมาก

ความไม่ประมาทในธรรม มีนัยตรงกันข้ามกับที่กล่าวมานี้ คือจะต้องเป็นคนไม่ดูเบาในการทำเหตุ ต้องทำแต่เหตุที่ดี และให้เต็มที่

เหตุสำคัญที่ไม่ควรประมาท

ในจตุกนิบาตอังคุตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่ม ๒๑ พระพุทธองค์ทรงชี้เหตุสำคัญไว้ ๔ เรื่องด้วยกัน ที่บุคคล ไม่ควรประมาทอย่างยิ่ง คือ

๑. ในการเลิกละกายทุจริต ประพฤติกายสุจริต
๒. ในการเลิกละวจีทุจริต ประพฤติวจีสุจริต
๓. ในการเลิกละมโนทุจริต ประพฤติมโนสุจริต
และ ๔. ในการเลิกละมิจฉาทิฏฐิ ตั้งอยู่ในสัมมาทิฏฐิ

รวมความก็คือ ไม่ให้ประมาทในการทำ การพูด การคิด และการปรับปรุงความคิดเห็นของตนให้ถูกต้อง

สรุปแล้ว ความไม่ประมาทในธรรม คือความเป็นผู้มีสติอยู่เสมอ ทุกเมื่อ ที่จะละเว้นความชั่ว ทุจริต และบำเพ็ญสุจริตธรรมด้วยกายวาจาใจไม่ว่างเว้น ดังคำพังเพยที่ว่า "ทำบุญไม่รู้ร้าง สร้างกุศลไม่รู้โรย"

ความไม่ประมาทในธรรมดังกล่าวมานี้ พระตรัสว่า เป็นมงคลประการหนึ่ง.

ชุดที่ ๗

คารโว จ นิวาโต จ　　สนฺตุฏฺฐี จ กตญฺญุตา
กาเลน ธมฺมสฺสวนํ　　เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า : ความเคารพ ๑ ความถ่อมตน ๑ ความสันโดษ ๑ ความกตัญญู ๑ การฟังธรรมตามกาล ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๒๒

ความเคารพ

มงคลที่ ๒๒ นี้ มีพระบาลีว่า "คารโว" แปลว่า "ความเคารพ" เป็นคุณธรรมอย่างหนึ่ง เมื่อมีอยู่ในจิตใจของผู้ใดแล้ว จะทำให้ผู้นั้นไม่เป็นคนเย่อหยิ่ง ไม่เป็นคนถือตัว ย่อมนับถือบุคคลผู้ที่ควรนับถือ ย่อมเคารพบุคคลผู้ที่ควรทำความเคารพ ย่อมสักการะบุคคลผู้ที่ควรสักการะ ย่อมบูชาบุคคลผู้ที่ควรบูชา ย่อมกราบไหว้บุคคลผู้ที่ตนควรกราบไหว้

ในทางตรงกันข้าม ผู้ใดขาดคารวธรรมในจิตใจ ผู้นั้นจะเป็นคนกระด้าง เย่อหยิ่ง ถือตัวจัด เต็มไปด้วยทิฐิมานะ ไม่นับถือบุคคลผู้ที่ตนควรทำความเคารพ ไม่สักการะบุคคลผู้ที่ตนควรสักการะ ไม่บูชาบุคคลผู้ที่ตนควรบูชา ไม่กราบไหว้บุคคลผู้ที่ตนควรกราบไหว้เป็นต้น

ในหนังสือมงคลชีวิตเล่ม ๓ หน้า ๔๓ และหน้า ๔๙ ท่านกล่าวไว้ว่า "คำว่าคารวะ มูลศัพท์เดิมคือ ครุ แปลว่า ตระหนัก หมายถึงตระหนักในความดีอันมีอยู่ในตัวคนอื่นและในสิ่งอื่น คุณความดีมีอยู่ในคนใด หรือในสิ่งใดก็ตาม ถ้าเราไปใส่ใจหรือสนใจปลงใจในคนนั้นสิ่งนั้น เรียกว่าตระหนักในความดี ความตระหนักในความดีนี่แหละที่เป็นเนื้อแท้ของคารวธรรมหรือความเคารพ"

ฉะนั้น การแสดงความเคารพทางกาย เช่นประนมมือ กราบ ไหว้ คำนับ วันทยาหัตถ์ และการแสดงความนอบน้อมทางวาจา เช่น พูดจาด้วยคำสุภาพอ่อนโยน มีสัมมาคารวะ

เป็นต้น จะต้องทำด้วยจิตใจที่มีคารวธรรม จิตใจที่ตระหนักในความดีของผู้อื่น จึงจะสมบูรณ์ มิฉะนั้นแล้ว จะเป็นแต่เพียงกิริยาอาการที่แสร้งทำเท่านั้น

ในหนังสือวิชาศีลธรรมของกระทรวง ฯ ท่านจำแนกบุคคลที่ควรเคารพไว้ ๓ ประเภทคือ.—

๑. ชาติวุฑฒะ ผู้เจริญโดยชาติ หมายถึงบุคคลที่มีชาติตระกูลสูง ซึ่งได้รับยกย่องจากประชาชน แม้จะมีวัยต่ำกว่า

๒. วยวุฑฒะ ผู้เจริญโดยวัย หมายถึงผู้มีอายุสูงกว่า

๓. คุณวุฑฒะ ผู้เจริญโดยคุณความดี หมายถึงผู้ที่มีคุณธรรม ปฏิบัติตนน่าเคารพกราบไหว้ แม้จะเด็กกว่าเราก็ควรเคารพนับถือ

ความเคารพเป็นมงคลอย่างไร ?

ในหนังสือมงคลชีวิตหน้า ๕๖ — ๖๐ ท่านกล่าวไว้ว่า "เป็นความจริงที่ว่า บางคนไม่อยากจะแสดงความเคารพต่อคนอื่น แม้ที่มีบัญญัติไว้ว่าให้ทำ อย่างเช่น ทหาร ตำรวจ พระภิกษุ สามเณร นักเรียน ถึงเวลาที่ควรจะทำความเคารพก็เลี่ยงเสีย ทำเป็นมองไม่เห็นผู้ที่จะเคารพเสียบ้าง ทำเป็นเหมือนไม่ว่างเสียบ้าง ทางฝ่ายคนที่รับเคารพก็เหมือนกัน มีบางคนที่เมินเฉยต่อการแสดงความเคารพตอบ หรือบางทีก็ทำอย่างเสียไม่ได้ ทั้งนี้ทั้งนั้นเพราะเข้าใจว่า การแสดงกิริยาเคารพออกมานั้นเป็นการแสดงว่าราศีของตนลดลง แล้วเอาไปเพิ่มให้แก่คนอื่น เลยเกิดเสียดายกลัวว่าตัวเองจะไม่โต อีกทีก็กลัวว่าใคร ๆ เขาจะไม่รู้ว่าเราโต

ที่คิดอย่างว่านี้ก็นับว่าน่าเห็นใจ เพราะเป็นการห่วงตัวและรักตัว แต่น่าเสียดายที่ว่า รักตัวแล้วกลับทำผิดต่อตัวเองเสียนี่ ผิดอย่างไร จะว่าให้ฟังเดี๋ยวนี้

ถ้าท่านเดินทางในป่าดง จะเป็นดงใดก็ตาม แล้วมองเข้าไปในป่าไม้ ท่านจะเห็นหมู่ไม้ในป่านั้น ๆ ส่วนมากอ่อนไหวไปตามแรงลม ลมอ่อนก็ไหวแต่ใบและปลายกิ่ง ลมแรงหน่อยก็ไหวถึงก้าน ถ้าลมพายุพัดกระโชกแรงมา มันก็จะไหวระทวยทิ้งตัวไปตามแรงลม นี่ไม้จำพวกหนึ่ง

อีกจำพวกหนึ่ง มีบ้างเพียงประปรายยืนต้นตรงนิ่ง แข็งทื่อไปทุกส่วน ไม่ไหวติงเลยแม้แต่น้อย ท่านก็คงจะทราบแล้วใช่ไหมว่า ต้นไม้ที่ไหวตัวเมื่อต้องลมนั้นคือไม้เป็น

ยังเติบโตและยังผลิตดอกออกผลได้อยู่ ส่วนต้นไม้ที่แข็งทื่อ ไม่หือไม่อือกับใครเลยนั้นเป็นต้นไม้ตายซาก คนบางท้องถิ่นเรียกไม้ชนิดนี้ว่าไม้แก่นล่อน บางถิ่นเรียกว่าไม้ตายยืน บางถิ่นเรียกว่าไม้ตายซาก ในสังคมบางแห่งเรียกเป็นภาษาฝรั่งว่า Deadwood เป็นที่ทราบกันทั่วไปว่า ไม้ชนิดนี้หมดความเจริญเติบโต ผลิดอกออกผลอีกไม่ได้แล้ว ย้อนมาดูต้นไม้ในสวนหลังบ้านเราอีกทีก็ได้ จำพวกต้นพริก ต้นมะเขือ มะนาว มะพร้าว ส้มโอ และต้นอื่น ๆ ก็จะพบลักษณะเหมือนไม้ในป่าดงอีกน่ะแหละ พวกที่ยังเป็นก็อ่อนไหว พวกที่ตายแล้วก็แข็งทื่อ

ดูไม้ในป่าในสวนเสร็จแล้ว โปรดย้อนมาดูคน คนที่ทำตัวแข็งกระด้าง ไม่มีสัมมาคารวะ ไม่อยากเคารพใคร ก้มศีรษะไม่ลง ยกมือไม่ขึ้น ก็เหมือนต้นไม้ตายยืนต้นอยู่ในป่าในสวนนั้นเอง จะหลงอวดตัวว่ามีความเจริญเติบโตหาได้ไม่ ขนาดลมพัดไม่กระดิก พายุกระโชกก็ไม่อ่อนไหว ใครเขาก็รู้ว่าไม้ตายแล้ว Deadwood !

แล้วยังเป็นที่ทราบกันทั่วไปด้วยว่า การรดน้ำ พรวนดิน และให้ปุ๋ยแก่ต้นไม้นั้นคนเขามีแก่ใจทำให้ก็แต่ไม้เป็นเท่านั้น ส่วนไม้ตายไม่มีใครเขาจะรดน้ำพรวนดินให้ เพราะทำไปก็มีแต่จะเสียของเสียแรงเปล่า ๆ เอามรรคเอาผลอะไรไม่ได้ ปล่อยให้มันยืนตายรอวันผุหรือรอไฟป่าที่ลามมาไหม้ให้หมดซากไปก็แล้วกัน ต้นไม้ตายยืนนั้นเป็นไม้อาภัพที่สุดในมวลไม้ และในสังคมมนุษย์เรานี้ คนที่แข็งกระด้างขาดสัมมาคารวะ ก็เป็นคนอาภัพเช่นเดียวกัน ไม่มีแล้วที่ใครจะสนใจเติมยศเติมศักดิ์เติมวิชาความรู้ให้แก่คนประเภทนี้

ส่วนคนประเภทตรงกันข้าม คือเป็นคนมีสัมมาคารวะ มีความอ่อนโยน เป็นคนมีเสน่ห์ที่จะถ่ายทอดเอาความดีจากคนอื่นได้ เหมือนต้นไม้เป็นดูดน้ำดูดปุ๋ยมาหล่อเลี้ยงลำต้นได้เอง นอกจากนั้นแล้วยังมีผู้ที่อยากจะช่วยเหลือเพิ่มเติมคุณความดีไปในตัวของเขาอีกด้วย เพราะเขารู้ว่าผู้มีสัมมาคารวะเป็นผู้รับความดีความเจริญได้ เหมือนรดน้ำพรวนดินให้ต้นไม้เป็นไม่เสียแรงเปล่า ด้วยเหตุนี้แหละสัมมาคารวะ คือความเคารพ จึงเป็นมงคลประจำชีวิตอย่างสำคัญ.

มงคลที่ ๒๓

ความถ่อมตัว

มงคลที่ ๒๓ นี้ มีพระบาลีว่า "นิวาโต" แปลว่า ความถ่อมตัว หรือความประพฤติถ่อมตน

ในมงคลทีปนีแปลเล่ม ๔ หน้า ๓๔ ท่านกล่าวไว้ว่า "——— บุคคลใดเป็นผู้ขจัดมานะเสียได้ ขจัดความกระด้างเสียได้ เป็นผู้เช่นกับด้วยท่อนผ้าสำหรับเช็ดเท้า เสมอด้วยโคผู้ตัวเขาหัก และเป็นผู้เสมอด้วยงูพิษที่ถูกถอนเขี้ยวแล้ว มีวาจาอ่อนหวาน มีวาจานิ่มนวล มีวาจาน่าปลื้มใจ บุคคลนั้นชื่อว่า นิวาตะ"

ในหนังสือมงคลชีวิตหน้า ๖๖—๗๒ ท่านกล่าวไว้ว่า "คำว่า นิวาตะ แปลตามตัวว่าลมออก (นิ = ออก, วาต = ลม) นิวาโต ก็หมายความว่าผู้มีลมออกแล้ว

โปรดดูจากทางตรงข้าม แลดูทางด้านร่างกายเสียก่อน ตรงกันข้ามกับนิวาโตก็คือวาโต วาโต แปลว่ามีลม อย่างเช่นเราสูดลมเข้าในท้องมาก ๆ ทำให้ท้องพองขึ้น ถ้าพูดเป็นภาษาบาลีก็ต้องพูดว่าวาโต แปลว่ามีลม ทีนี้ถ้าปล่อยลมนั้นออกมาเสีย ให้ท้องมันยุบลงตามปกติเดิมเรียกว่านิวาโต แปลว่าผู้มีลมออกแล้ว

ทีนี้โปรดพิจารณาเรื่องของจิตใจ โดยคิดถอดเอาความเข้าใจเรื่องทางกายมาเป็นทางใจดู ร่างกายมันวาโตด้วยลมนอก ส่วนใจวาโตด้วยลมใน สิ่งที่เรียกว่าลมในซึ่งทำใจให้เกิดวาโตนั้นได้แก่ "ทิฐิ" ความเห็น เป็นความเห็นที่เห็นเอาเอง เห็นลม ๆ แล้ง ๆ ว่าตัวเองประเสริฐเลิศลอยกว่าคนอื่น ความเห็นอย่างนี้ สำนวนศาสนาเรียกว่า "มานทิฐิ" แปลว่าความเห็นเป็นเหตุถือตัว

ถ้าใครมีมานทิฐิอยู่ในใจ คนนั้นก็จะมีลักษณะเป็นคนวาโต ชอบเบ่ง ชอบพองแต่ก็เบ่งก็พองแบบลม ๆ แล้ง ๆ อย่างนั้นเอง เอายศมาอ้าง เอาตำแหน่งมาอ้าง เอาชาติเอาตระกูลมาอ้าง และเอาอะไร ๆ มาอ้างก็ได้ทั้งนั้น เพื่อให้ใจตัวเองเกิดวาโต

คนเราถ้าลงปล่อยให้ใจเกิดวาโตแล้ว มีทางขาดทุนหลายประตู เหมือนคนท้องขึ้นท้องเฟ้อ อาหารเก่าในท้องก็บูดเน่าไม่เป็นท่า จะกินอาหารดี ๆ เข้าไปใหม่ก็ไม่เป็นผล ทางที่คนวาโตขาดทุนนั้นที่เห็นอยู่ชัด ๆ มีอยู่สองทางคือ:—

๑. **เป็นคนทำความดียาก** ที่ยากนั้นไม่ใช่ยากที่ความดี แต่ยากที่คนทำ, เพราะเหตุไร ? เพราะคนประเภทวาโตนี้เป็นคนเจ้ามานะ เจ้าทิฐิ คิดอุปโลกน์ตัวเองอยู่ตลอดเวลาว่าเป็นคนประเสริฐเลิศลอยกว่าคนอื่น หรืออย่างน้อยก็พอ ๆ กับคนที่ตนเห็นว่าเก่งที่สุด ยิ่งมีมานทิฐิมาก ความถือตัวก็ยิ่งมาก ยิ่งถือตัวมากก็ยิ่งหาโอกาสทำดีใส่ตัวยากเข้า ที่หาโอกาสยากก็เพราะใจไม่ว่าง ที่ไม่ว่างก็เพราะติดถือตัว เหตุผลมันนัวเนียกันอยู่อย่างนี้แหละ

นอกจากใจจะติดการถือตัวจนไม่มีเวลาว่างที่จะทำความดีแล้ว ธุระสำคัญของคนวาโตอีกอย่างหนึ่ง ก็คือ "การอวดตัว" ที่อวดก็อวดว่าตัวโตนั่นเอง

ลูกโป่งนั้น ถ้าคนอัดลมคิดแต่จะวาโต คืออัดลมเข้าไปมาก ๆ ไม่เท่าไรก็ระเบิด คนเราก็เหมือนกัน ใครอัดมานทิฐิเข้าไว้มาก ๆ ผลที่สุดก็ทนไม่ไหว ระเบิดเอาความโอ้อวดโอหังออกมา ให้ชาวบ้านเขาเห็นจนได้ คนประเภทนี้จึงหาโอกาสทำความดียาก เพราะมัวแต่จะอวดดีเสียจนลืมทำความดี ที่สุดเลยกลายเป็นคนไม่มีดีอะไรเลย

๒. **เป็นคนรับความดีจากคนอื่นไม่ได้** ข้อนี้สำคัญมาก คนที่เขาจะปรับปรุงจิตใจให้เจริญจะต้องรู้จักถ่ายทอดเอาความดีจากคนอื่นมาสู่ตัว เช่นถ่ายทอดเอาวิชาความรู้จากครู ถ่ายทอดเอาศีลธรรมจรรยาจากอาจารย์ และถ่ายทอดเอาแนวทางปฏิบัติจากสมณสงฆ์ผู้ทรงศีล เป็นต้น

ทีนี้การที่เราจะถ่ายทอดเอามาได้ เราจะต้องอ่อนน้อมถ่อมตัว ยอมรับนับถือท่านก่อน ต้องเทิดท่านไว้ในฐานะสูง และถ่อมตัวเราลงอยู่ในฐานะต่ำกว่า จึงจะเป็นไปได้ เหมือนเราจะไขน้ำจากแอ่งน้ำใหญ่มาสู่นาเรา จำเป็นที่เราจะต้องทอดลำราง โดยวิธีกดปลายรางทางด้านเราให้ต่ำกว่าทางต้นน้ำ น้ำจึงจะไหลมา การถ่ายทอดเอาความรู้ความดีจากคนอื่นก็เหมือนกัน ต้องเทิดท่านให้สูง และถ่อมตัวเราลง แต่การทำอย่างนี้ คนมีนิสัยวาโตทำไม่ได้

เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้เราปรับปรุงเสียใหม่ ให้ใช้แบบนิวาโต หยุดพองลมเสียที หมายความว่า ขับไล่มานทิฐิออกจากจิตใจ ทำให้ใจลดความเย่อหยิ่งจองหองลง ถ้าใจไม่มีมานทิฐิเสียแล้ว ก็เป็นอันสร้างมงคลข้อนิวาโตได้สำเร็จ"

รวมความว่า คนที่จะขวนขวายทำความดีให้กับตนเอง และสามารถรับเอาความดีจากคนอื่นได้นั้น จะต้องเป็นคนนิวาโต คือมีลมออกแล้ว เป็นคนสงบเสงี่ยม ไม่พองไม่เบ่ง ไม่หยาบกระด้าง ไม่เย่อหยิ่งจองหอง มีสภาพจิตใจเสมือนท่อนผ้าสำหรับเช็ดเท้า เหมือนโคผู้ตัวเขาหัก และเหมือนงูพิษที่ถูกถอนเขี้ยวแล้ว

สมมุติว่ามีคนเขาจะมาสวมพวงมาลัยให้แก่เรา เราจะต้องโน้มตัวก้มศีรษะลงไปรับพวงมาลัยจึงจะขึ้นมาสวมอยู่ที่คอของเราได้ฉันใด การที่เราจะได้รับความรู้ ความดี ความก้าวหน้าในชีวิตเป็นต้น ก็ฉันนั้น คือเราจะต้องรู้จัก "ถ่อมตัว"

เพราะฉะนั้น การถ่อมตัว พระจึงตรัสว่าเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๒๔

ความสันโดษ

มงคลที่ ๒๔ นี้ มีพระบาลีว่า "สนฺตุฏฺฐี" แปลว่า ความสันโดษ หรือความยินดีด้วยของ ๆ ตน

ในทางปฏิบัติ ความสันโดษอาจแยกออกเป็นสองชั้น คือ ชั้นนักบวช กับชั้นผู้ครองเรือน ในที่นี้ จะพูดเฉพาะความสันโดษของผู้ครองเรือน

มีบางคนเข้าใจผิดคิดว่าคนมีความสันโดษ คือคนที่มีอะไร ๆ ก็ยินดีอยู่เพียงแค่นั้น ไม่ขวนขวายแสวงหามาเพิ่ม มีชีวิตอยู่ในลักษณะงอมืองอเท้า ขาดความกระตือรือร้น แล้วตัดสินเอาเองว่าธรรมะข้อนี้ไม่เหมาะสมกับฆราวาส เพราะจะทำให้ประเทศชาติไม่พัฒนา ควรที่จะเลิกเทศน์เลิกสอนกันได้แล้ว

ความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ เพราะสันโดษแปลว่าความยินดีด้วยของ ๆ ตน ความพอใจด้วยของ ๆ ตน ซึ่งก็หมายความว่า ไม่ยินดีไม่พอใจของ ๆ คนอื่น ถ้าจิตใจของคนทุกคนเป็นอย่างนี้ คือมีความสันโดษแล้ว การลักขโมยกันก็ไม่มี การคดโกงกันก็ไม่มี การคอรัปชั่นฉ้อราษฎร์บังหลวงก็ไม่มี, การประพฤติผิดในประเวณีกันก็ไม่มี ท่านลองคิดเอาเองก็แล้วกันว่า สังคมมนุษย์จะมีความสงบสุขขึ้นอีกสักเพียงไร, ที่บ้านเมืองเราเดือดร้อนวุ่นวายอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะคนขาดสันโดษนั่นแหละเป็นผู้ก่อขึ้น

ที่ว่า สันโดษสอนให้คนงอมืองอเท้า ขาดความกระตือรือร้นในการทำมาหากินนั้นก็ผิดอีก เพราะในทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ ๔ ข้อแรก ทรงสอนไว้ว่าคนที่จะตั้งตัวเป็นหลักเป็นฐานได้นั้น จะต้องมีความขยันหมั่นเพียร และทรงตำหนิความเกียจคร้านว่าเป็นอบายมุขคือทางแห่งความเสื่อม

สำหรับผู้ครองเรือน ขอบเขตของธรรมะข้อนี้อยู่ตรงว่า การแสวงหาทรัพย์สมบัติมานั้นเป็นสุจริตหรือทุจริต คือถ้าแสวงหามาได้โดยสุจริตก็ไม่ถือว่าผิดสันโดษ แต่ถ้าได้มาโดยทางทุจริตจึงถือว่าผิดสันโดษ หรือขาดสันโดษ

กล่าวอีกนัยหนึ่ง คนมีสันโดษ เป็นคนรู้จักพอ คือรู้จักพอใจในทรัพย์สมบัติที่ตนมีอยู่ ส่วนคนขาดสันโดษ เป็นคนไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักอิ่ม มีเท่าไร ได้เท่าไร ก็ไม่พอไม่อิ่มหิวอยู่ตลอดเวลา เพราะอำนาจของโลภจิต, แม้จะยกสมบัติในโลกนี้ทั้งหมดให้เป็นของเขาคนเดียว ก็ยังไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักอิ่มอยู่นั่นเอง

โบราณท่านเปรียบคนชนิดนี้ว่าเหมือนกับเปรตตระกูลหนึ่ง ซึ่งมีรูปร่างอัปลักษณ์คือมีพุงใหญ่เท่ากับพ้อมใส่ข้าว แต่ปากเล็กเท่ารูเข็ม กินเท่าไร ๆ ก็ไม่รู้จักอิ่ม เพราะปากเล็กท้องใหญ่ ต้องทนทุกข์ทรมานแสนสาหัส เพราะความหิวโหย

พฤติการณ์ของคนบางคนที่ขาดสันโดษ ก็คล้ายกับเปรตที่กล่าวนี้ คือหัวใจของเขามีแต่คามหิวโหย และทุกข์ทรมานอยู่ตลอดเวลา ที่ "หิว" นั้น ไม่ใช่หิวเพราะไม่มี แต่หิวเพราะไม่รู้จักพอ บางคนมีทรัพย์สินเงินทองมากมายเหยียบขั้นเศรษฐี แต่ก็เป็นได้แค่เศรษฐีอนาถาเท่านั้น

มีพระพุทธภาษิตบทหนึ่งว่า "สนฺตุฏฺฐี ปรมํ ธนํ" แปลว่า "ความสันโดษเป็นยอดทรัพย์" ที่ว่าเป็นยอดทรัพย์หรือทรัพย์ชั้นยอดนั้น เพราะสันโดษทำให้หัวใจของคนเรารู้จักพอ รู้จักอิ่ม และมีความสุขได้ตามฐานะ แต่ถ้าหัวใจของเราขาดสันโดษ จะมีสภาพคล้ายมหาสมุทรซึ่งไม่รู้จักอิ่มด้วยน้ำ หรือเหมือนกับไฟซึ่งไม่รู้จักอิ่มด้วยเชื้อ ยิ่งเพิ่มเชื้อเช่นฟืนหรือน้ำมันลงไปมากเท่าไร ก็ยิ่งลุกมากขึ้นเท่านั้น คนขาดสันโดษก็ทำนองเดียวกัน ยิ่งมียิ่งอยากได้ ยิ่งได้มากเท่าไรก็ยิ่งละโมบมากขึ้นเท่านั้น ไม่มีที่สิ้นสุด

ท่านเจ้าคุณพระศาสนโสภณ (แจ่ม) วัดมกุฏกษัตริยาราม ท่านเขียนไว้ในอุทานธรรมว่า

"ความไม่พอใจจนเป็นคนเข็ญ
พอแล้วเป็นเศรษฐีมหาศาล
จนทั้งนอกทั้งในไม่ได้การ
จงคิดอ่านแก้จนเป็นคนพอ"

เรื่องหงส์ทอง

ในอดีตกาล พราหมณ์คนหนึ่ง ในกรุงพาราณสี ทำกาละแล้วไปเกิดเป็นหงส์ทอง, หงส์ทองนั้นใคร่ครวญดูด้วยญาณเครื่องระลึกชาติ เห็นภรรยาและธิดาของตนรับจ้างคนเหล่าอื่นเลี้ยงชีวิตอยู่ ด้วยความรักใคร่ในภรรยาและธิดา จึงไป ณ ที่นั้นเล่าเรื่องราวทั้งหมดให้ฟัง แล้วสลัดขนทองให้สองแม่ลูกนั้นขนหนึ่งพร้อมกับสั่งว่า "ตั้งแต่วันนี้ไป พวกท่านอย่าทำงานรับจ้างเขาเลย จงขายขนทองนี้เลี้ยงชีวิตตามสบายเถิด" แล้วบินจากไป หงส์นั้นได้ไปสลัดขนปีกให้แก่สองแม่ลูกนั้นครั้งละขนเสมอมา ทำให้พราหมณีและธิดาร่ำรวยและมีความสุขขึ้น

ต่อมาวันหนึ่ง พราหมณีพูดกับธิดาว่า "ลูกเอ๋ย, จิตใจของสัตว์ดิรัจฉานรู้ได้ยาก บางครั้งบิดาของเจ้าอาจจะไม่มาที่นี่อีกก็ได้ เราจะพากันขัดสน ฉะนั้น ในเวลาที่เขามาคราวนี้ พวกเราจงจับถอนขนปีกของเขาไว้เสียให้หมด

ธิดาได้ห้ามมารดามิให้กระทำเช่นนั้น แต่นางพราหมณีเป็นคนมักมากขาดความสันโดษ เมื่อหงส์ทองมา นางจึงจับถอนขนปีกซึ่งเป็นทองจนหมดสิ้น ทำให้หงส์ทองได้รับความเจ็บปวดแสนสาหัส, และบินไม่ได้ ธิดามีความสงสารหงส์ทองผู้บิดาจึงเลี้ยงไว้ เมื่อขนปีกขึ้นดีแล้ว หงส์ทองจึงบินเข้าป่าไปไม่กลับมาอีกเลย ขนปีกที่เป็นทองที่นางพราหมณีถอนไว้ก็กลับกลายเป็นขนนกยางไปหมด, นับแต่นั้นมาสองแม่ลูกก็กลับอดอยากยากไร้ตามเดิม

นิทานเรื่องนี้ให้คติเตือนใจว่า ผู้ใดไม่มีความสันโดษ แสวงหาลาภโดยทุจริต โดยเบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อน ผู้นั้นย่อมเสื่อมจากลาภ ดังคำพังเพยที่ว่า "โลภมากลาภหาย"

สรุปแล้ว ความสันโดษย่อมก่อให้เกิดประโยชน์หลายประการ ทั้งส่วนตัวและส่วนรวม คือ

๑. ความสันโดษทำให้เป็นคนรู้จักอิ่มรู้จักพอ
๒. ความสันโดษทำให้คนมีความสุขตามฐานะ
๓. ความสันโดษทำให้สังคมสงบสุข เพราะต่างคนก็ไม่ล่วงละเมิดกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สิน และประเวณีของกันและกัน

เพราะฉะนั้น พระจึงตรัสว่า ความสันโดษเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๒๕

ความกตัญญู

มงคลที่ ๒๕ นี้ มีพระบาลีว่า "กตญฺญุตา" แปลว่า ความกตัญญู คือรู้อุปการคุณที่ผู้อื่นทำแล้วแก่ตน

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๔ หน้า ๑๑๙ ท่านกล่าวไว้ว่า "ความรู้อุปการะอันผู้ใดผู้หนึ่งทำแล้ว น้อยหรือมากก็ตาม โดยความระลึกถึงบ่อย ๆ ชื่อว่า กตญฺญุตา, อีกนัยหนึ่ง บุญทั้งหลายนั่นแล ชื่อว่ามีอุปการะมากแก่สัตว์ทั้งหลาย เพราะป้องกันทุกข์ มีทุกข์ในนรกเป็นต้นได้ เพราะฉะนั้น ความระลึกถึงอุปการะแม้แห่งบุญเหล่านั้น ก็พึงทราบว่า กตญฺญุตา"

เป็นอันว่า "กตัญญู" ตามที่กล่าวนี้มีสองนัย คือกตัญญูต่อบุคคลนัยหนึ่ง กับกตัญญูต่อบุญอีกนัยหนึ่ง กตัญญูต่อบุคคลคือรู้อุปการะที่ผู้อื่นทำแล้วแก่ตน พอเข้าใจได้ไม่ยาก เช่นลูกกตัญญูต่อพ่อแม่ คือรู้ว่าพ่อแม่มีบุญคุณแก่ตนอย่างไร ดังได้กล่าวมาแล้วในมงคลที่ ๑๑ เรื่องการบำรุงมารดาบิดา แต่ "กตัญญูต่อบุญ" นี่ซิเข้าใจยาก บุญเป็นนามธรรม จะให้เรากตัญญูอย่างไร? เราจะพูดเรื่องนี้ในภายหลัง

ตอนนี้ขอได้โปรดเข้าใจว่า ความกตัญญูนั้นเป็นคุณสมบัติทางจิตใจอย่างหนึ่งซึ่งผู้มีจิตใจสูง มีจิตใจพัฒนาแล้วเท่านั้น จึงจะมีได้ ผู้มีจิตใจต่ำ มีจิตใจบอดไม่มีโอกาสมีได้

เลย ดูพวกสัตว์ดิรัจฉานเป็นตัวอย่างก็ได้ คือ สุนัข ม้า ลิง เป็นต้น เป็นสัตว์รู้จักกตัญญูต่อผู้ที่มีบุญคุณแก่มัน แต่งูในนิทานเรื่อง "งูเห่ากับชาวนา" เป็นสัตว์ใจบอด นอกจากจะไม่รู้จักบุญคุณของชาวนาที่ช่วยเหลือชีวิตตัวไว้ ซ้ำยังเนรคุณกัดชาวนาจนถึงแก่ความตายอีกด้วย

ในหมู่มนุษย์เราก็เช่นเดียวกัน คนที่มีจิตใจสูง มีจิตใจเจริญแล้ว พัฒนาแล้ว จะเป็นผู้มีความกตัญญู แต่คนใจบอด ใจบาป ใจต่ำ ใจทราม ใจชั่ว จะเป็นคนอกตัญญูและเนรคุณต่อผู้มีพระคุณ

ลักษณะของคนกตัญญูคือ ถ้าตนได้ทำความดีให้แก่ใคร ได้ช่วยเหลือใครแม้มากก็ถือว่าเป็นเรื่องเล็กไม่สนใจที่จะจดจำ แต่ถ้าใครมาทำความดีแก่ตนได้ช่วยเหลือตน แม้เพียงเล็กน้อยก็ถือเป็นเรื่องสำคัญ และนึกถึงบุญคุณนั้นอยู่เสมอไม่ลืม

ส่วนลักษณะของคนอกตัญญูจะตรงกันข้าม คือถ้าตนได้ทำความดีให้แก่ใคร ได้ช่วยเหลือใคร แม้เพียงเล็กน้อย ก็ถือเป็นเรื่องใหญ่ จดจำไว้ไม่รู้จักลืม ได้โอกาสเมื่อไรเป็นยกมาลำเลิกทวงบุญทวงคุณเมื่อนั้น แต่ถ้าใครมาทำความดีให้แก่ตน ได้ช่วยเหลือตนแม้มากกลับถือเป็นเรื่องเล็กน้อย และลืมเสียสิ้น

พระสารีบุตรเถระเป็นแบบอย่างอันดียิ่งสำหรับผู้มีความกตัญญู คือเรื่องย่อมีว่า "พราหมณ์ชราคนหนึ่งชื่อราธะ เป็นคนอนาถาไร้ญาติขาดมิตร วันหนึ่ง เขาเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า แจ้งความประสงค์ว่าต้องการจะบวช พระพุทธเจ้าจึงตรัสถามขึ้นท่ามกลางสงฆ์ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พราหมณ์ผู้นี้เคยมีอุปการคุณแก่ใครมาก่อนบ้าง ? ใครจะรับเป็นธุระให้พราหมณ์ผู้นี้บวชได้บ้าง ?

พระสารีบุตรเถระกราบทูลว่า พระเจ้าข้า พราหมณ์ผู้นี้เคยมีอุปการคุณแก่ข้าพระพุทธเจ้า โดยถวายบิณฑบาตทัพพีหนึ่ง ข้าพระพุทธเจ้าขอรับเป็นธุระให้พราหมณ์นี้ได้บวชเองพระเจ้าข้า

พระพุทธเจ้าได้ทรงมอบพราหมณ์นั้นให้พระสารีบุตรเถระแล้ว และตรัสสรรเสริญพระเถระว่าเป็น "ยอดกตัญญู" ผู้ไม่ลืมอุปการคุณของผู้อื่นแม้สักว่าข้าวเปล่าเพียงทัพพีเดียว"

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นเรื่องกตัญญูต่อบุคคล คราวนี้จะพูดถึง "กตัญญูต่อบุญ" คำว่า "กตัญญู" คือความระลึกถึงอุปการะ คำว่า "บุญ" คือความดี, ความสุข ฉะนั้น กตัญญูต่อบุญ คือความระลึกถึงอุปการะแห่งบุญคือความดีและความสุข ถ้าจะถามว่า "บุญ" มีอุปการะต่อเราอย่างไร ? ตอบว่า บุญเป็นเสมือนเกราะป้องกันทุกข์ มีทุกข์ในนรกเป็นต้น คือ คนมีบุญแล้วก็ไม่ตกนรก ไม่ต้องไปทนทุกข์ทรมานในนรก บุญคือความดียังเป็นเกราะป้องกันทุกข์ในชาตินี้อีกด้วย คือ ป้องกันไม่ให้เราต้องไปทนทุกข์ทรมานในคุกตะราง ทนทุกข์เพราะความอดอยากยากจน ทนทุกข์เพราะถูกโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน เป็นต้น

ความระลึกถึงอุปการะแห่งบุญดังกล่าวนี้ เป็นคุณสมบัติทางจิตใจที่มีความละเอียดอ่อนอย่างยิ่ง ผู้ที่มีใจหยาบกระด้าง ไม่อาจเกิดความรู้สึกดังกล่าวนี้ได้

แม้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธะเมื่อได้ตรัสรู้แล้ว และทรงเสวยวิมุติสุขอยู่ พระองค์ได้ประทับยืนทอดพระเนตรไปที่ต้นพระศรีมหาโพธิ์ โดยความสำนึก "บุญคุณ" ที่พระองค์ได้อาศัยเป็นที่ประทับจนได้สำเร็จพระโพธิญาณ

แนวความคิดนี้ได้กลายมาเป็นวัฒนธรรมไทย ใช้ฝึกฝนอบรมลูกหลานมาแต่โบราณกาล ให้มีความตระหนักมั่นในความกตัญญู เช่น ท่านสอนให้เรารักษาหนังสือเรียนให้สะอาด ไม่ให้ฉีกขาด ไม่ขีดเขียนให้เลอะเทอะ ไม่วางหนังสือไว้ในที่ต่ำ และเมื่อเลิกอ่านแต่ละครั้งเราจะต้องกราบหนังสือก่อนสามครั้ง ระลึกถึงบุญคุณของหนังสือที่ช่วยให้เราอ่านออกเขียนได้ และมีความเฉลียวฉลาด, แม้โต๊ะเรียนหนังสือท่านก็สอนไม่ให้ขึ้นไปเหยียบไม่ให้ขึ้นไปนั่ง ใครฝ่าฝืนถือว่าบาป และเป็นคนอกตัญญู ถึงสถานที่ต่าง ๆ เป็นที่ ๆ เราเคยนอน เคยกิน เคยอยู่อาศัย เช่น บ้านที่เราเคยอยู่ โรงเรียนที่เราเคยเรียนหนังสือ วัดที่เราเคยอยู่ เคยบวช สำนักงานที่เคยทำงาน ท่านก็สอนให้เรามีความกตัญญูต่อสถานที่เหล่านั้น โดยการรักษาความสะอาด โดยการซ่อมแซมเมื่อชำรุด ถึงเวลาที่จะต้องจากไปก็มีความคิดถึง และระลึกถึงบุญคุณที่เคยได้พักพาอาศัย ตลอดจนระลึกถึงบุญคุณของชาติศาสนาและพระมหากษัตริย์ที่ให้ความร่มเย็นเป็นสุขแก่ชีวิตของเรา เป็นต้น

จากการอบรมสั่งสอนดังกล่าวนี้ ย่อมทำให้จิตใจของเราเปี่ยมไปด้วยคุณงามความดี มีความอ่อนโยนละมุลละไม มีความรัก ความสัตย์ซื่อ มิตรภาพ และความสุข

เพราะฉะนั้น พระจึงตรัสว่าความกตัญญูเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๒๖

การฟังธรรมตามกาล

มงคลข้อนี้มีพระบาลีว่า "กาเลน ธมฺมสฺสวนํ" แปลว่าการฟังธรรมตามกาล

คำว่า "ฟังธรรม" ก็คือฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจากพระภิกษุสงฆ์ หรือจากฆราวาสผู้มีความรู้ ซึ่งพอสรุปได้ว่ามีอยู่ ๔ วิธีด้วยกันคือ

๑. เทศน์

๒. บรรยาย

๓. ปาฐกถา

๔. อภิปราย

เทศน์

ผู้แสดงเป็นพระภิกษุหรือสามเณร ขึ้นนั่งบนธรรมาสน์ มีหัวหน้าสัปบุรุษคนหนึ่งอาราธนา เรียกว่าอาราธนาธรรม แล้วผู้แสดงจึงเริ่มตั้งนโม—สามจบก่อนทุกครั้งไป แล้วจึงเทศน์

ผู้เทศน์ที่ยังไม่ชำนาญ จะเทศน์โดยอ่านตามใบลาน แต่ผู้เทศน์ที่ชำนาญแล้วจะเทศน์ปากเปล่า โดยถือคัมภีร์ไว้เฉย ๆ เรียกว่าเทศน์ปฏิภาณ

ระยะเวลาที่ใช้เทศน์ประมาณหนึ่งชั่วโมง จะหย่อนหรือเกินบ้างก็เล็กน้อย ทำนองที่ท่านอ่านหรือเทศน์นั้น เป็นทำนองเอื่อย ๆ สม่ำเสมอ เรียกว่าทำนอง "ธรรมวัตร"

บรรยาย

ผู้แสดงเป็นพระภิกษุสามเณร หรือฆราวาสก็ได้ การบรรยาย ก็คือสอนหรืออธิบายธรรมะนั่นเอง อย่างการสอนธรรมะในห้องเรียนเป็นต้น โดยผู้บรรยายยกหัวข้อธรรมะขึ้น แล้วก็ขยายความให้คนฟังเข้าใจ อาจใช้กระดานดำ หรืออุปกรณ์การสอนอื่น ๆ ประกอบด้วยก็ได้

ปาฐกถา

ผู้แสดงเป็นพระภิกษุสามเณรหรือฆราวาสก็ได้ ถ้าพระเป็นผู้แสดง และเรื่องที่แสดงเกี่ยวกับธรรมะโดยเฉพาะ เรียกว่าแสดง "ปาฐกถาธรรม"

การแสดงปาฐกถาก็คล้ายกับการเทศน์ ต่างกันแต่ว่า การเทศน์ต้องนั่งบนธรรมาสน์ ต้องอาราธนาธรรม (ปกติต้องอาราธนาศีลด้วย เพราะถือเป็นประเพณีว่าเมื่อฟังเทศน์ต้องสมาทานศีลก่อน) ต้องตั้งนโม และลีลาการเทศน์ใช้ทำนองธรรมวัตร แต่การแสดงปาฐกถา ผู้แสดงนั่งบนเก้าอี้ก็ได้ หรือยืนก็ได้ (ถ้าเป็นฆราวาสนิยมยืน) ไม่มีการอาราธนาธรรม ไม่มีการตั้งนโม ใช้ลีลาการพูดแบบธรรมดา ๆ และยกมือประกอบการพูดด้วยก็ได้ ซึ่งในการเทศน์ทำไม่ได้เลย

การอภิปราย

ผู้อภิปรายอาจจะเป็นพระภิกษุสามเณรล้วน ๆ เป็นฆราวาสล้วน ๆ หรือจัดผสมกัน พระบ้างฆราวาสบ้างก็ได้ มีจำนวน ๓ คน ๔ คน ๕ คน หรือ ๖ คน แล้วแต่จะจัด มีผู้ควบคุมการอภิปรายหนึ่งคน เรียกว่า "ผู้ดำเนินการอภิปราย" นอกนั้นเรียกว่า "ผู้อภิปราย"

เรื่องที่อภิปรายนั้น อาจจะเป็นเรื่องใดก็ได้ ถ้าเป็นเรื่องเกี่ยวกับธรรมะเรียกว่า "การอภิปรายธรรม หรือการอภิปรายปัญหาธรรม" ผู้ดำเนินการอภิปรายจะตั้งปัญหาถามผู้อภิปรายทีละคน ให้เสนอความคิดเห็นในปัญหาเรื่องเดียวกัน แล้วเป็นผู้สรุปในตอนท้าย

คำว่าฟังธรรม "ตามกาล" นั้น คือฟังอย่างไร และฟังเมื่อไร ?

การฟังธรรมตามกาลอาจแบ่งออกเป็น ๒ คือ

๑. กาลตามพุทธบัญญัติ

๒. กาลตามพระพุทธโอวาท

กาลตามพระพุทธบัญญัติ

การฟังธรรมตามกาลตามพระพุทธบัญญัติ มีหลักฐานตามคำบาลีว่า

จาตุทฺทสี ปณฺณรสี

ยา จ ปกฺขสฺส อฏฺฐมี

กาลา พุทฺเธน ปญฺญตฺตา

สทฺธมฺมสฺสวนสฺสิเม

แปลว่า : วัน ๑๔ ค่ำ หรือวัน ๑๕ ค่ำ และวัน ๘ ค่ำ แห่งปักษ์ เป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ให้ฟังพระสัทธรรม

ตามหลักฐานนั้น ท่านกำหนดไว้ ๗ วันให้มีการฟังธรรมครั้งหนึ่ง โดยนับตามจันทรคติ คือขึ้น ๘ ค่ำ ขึ้น ๑๕ ค่ำ แรม ๘ ค่ำ แรม ๑๕ ค่ำ ส่วนที่บาลีกล่าวถึงวันแรม ๑๔ ค่ำ ไว้ด้วยนั้นใช้สำหรับเดือนขาด

โดยนัยนี้ เดือนหนึ่งจึงมีวันฟังธรรมอยู่ ๔ วัน เรียกว่า "วันธรรมสวนะ" หรือ "วันพระ" การฟังธรรมในวันดังกล่าวนี้เรียกว่าฟังธรรมตามกาล

กาลตามพระพุทธโอวาท

การฟังธรรมตามพระพุทธโอวาท อาจแบ่งออกได้เป็น ๒ คือ

๑. ฟังเมื่อจิตของตนถูกวิตกครอบงำ

๒. ฟังเมื่อมีผู้แสดงธรรม

ในข้อที่ ๑ หมายความว่า เมื่อใดจิตของเราตกต่ำ คือ นึกไปคิดในทางต่ำทางอกุศล จิตหดหู่เศร้าหมอง เร่าร้อน ฟุ้งซ่าน เพราะอำนาจกิเลสรบกวนที่เรียกว่าถูกวิตกครอบงำ เมื่อนั้นท่านให้ช่วยตัวเองด้วยการฟังธรรม

ในข้อที่ ๒ หมายความว่าเมื่อมีการแสดงธรรมเป็นกรณีพิเศษ เช่นงานศพ งานทำบุญอายุ งานฉลองศาลาเป็นต้น ก็ให้พยายามฟังด้วย เพราะโอกาสเช่นนั้นหาได้ยาก

อานิสงส์ของการฟัง ๕ ประการ

๑. ย่อมได้ฟังสิ่งที่ไม่เคยฟัง ตามปกติผู้แสดงธรรมย่อมจะต้องมีการตระเตรียมตัว ศึกษาค้นคว้า ขบคิดข้อธรรมะ และนำความรู้ใหม่ ๆ มาแสดง ทำให้เราได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง เป็นการเพิ่มเติมความรู้

๒. สิ่งใดที่เคยฟังแล้ว แต่ยังไม่เข้าใจชัด ย่อมเข้าใจสิ่งนั้นชัด ถ้าธรรมะหรือความรู้ที่ผู้นำมาแสดงนั้นตรงกับความรู้ที่เราเคยได้ยินได้ฟังมาแล้ว จะทำให้เกิดความแม่นยำแตกฉานยิ่งขึ้น เหมือนอย่างยสกุลบุตรได้ฟังอนุบุพพิกถาและอริยสัจสี่ จากพระพุทธองค์ครั้งแรกได้บรรลุโสดาบัน แต่เมื่อพระพุทธองค์ทรงแสดงเทศนากัณฑ์เดียวกันนั้น ให้บิดายสกุลบุตรฟัง ยสกุลบุตรได้ฟังซ้ำอีกเป็นครั้งที่สอง ก็ได้บรรลุพระอรหันต์เป็นต้น

๓. บรรเทาความสงสัยเสียได้ เมื่อเรามีความลังเลสงสัยในปัญหาธรรมหรือหลักปฏิบัติอย่างหนึ่งอย่างใด เมื่อได้ฟังธรรม จะขจัดความลังเลสงสัยนั้นเสียได้

๔. ทำความเห็นให้ถูกต้อง คนเราย่อมมีทัศนคติ (Attitude) ไม่ตรงกัน บางทีถูก บางทีผิด การฟังธรรมจะช่วยให้เราเกิดความสำนึกตัวว่า ความคิดความเห็นของเราได้บิดเบือนไปอย่างไร และจะได้เลิกละทัศนคติที่ผิดนั้นเสีย

๕. จิตของผู้ฟังย่อมผ่องใส คนเราแต่ละคนประกอบด้วยกายกับจิต หรือจะพูดว่า กาย + จิต = คน ก็ได้ อาหารของกายได้แก่ข้าวน้ำ และขนมนมเนยเป็นต้น ส่วนอาหารของจิตได้แก่ "อารมณ์" จิตของคนเรากินหรือเสวยอารมณ์อยู่ตลอดเวลา

อาหารของจิตคืออารมณ์ก็คล้ายอาหารกาย คือ มีดี มีเสีย ถ้าจิตกินอาหารเสีย อาหารบูด อาหารเน่าอยู่บ่อย ๆ เช่นอารมณ์เคียดแค้น โกรธเกลียด อาฆาตพยาบาท ริษยา และความหึงหวง เป็นต้น จิตก็เสียสุขภาพ เมื่อเสื่อมเสียไปมาก ๆ เราเรียกคนคนนั้นว่า "เสียจิต" หรือ "เสียจริต"

ในทางตรงกันข้าม ถ้าเราจัดอารมณ์ดี ๆ ให้จิตกินอยู่เสมอ ๆ สุขภาพจิตของเราก็จะดีมีอนามัย การฟังธรรมจัดว่าเป็นอาหารที่มีคุณประโยชน์ต่อจิตใจอย่างยิ่ง สามารถเปลี่ยนสภาพจิตใจจากความใฝ่ต่ำ ไปสู่ความนึกคิดในทางสูง จากความเหี้ยมเกรียมโหดร้ายไปสู่ความเมตตาการุญ และจากความสกปรกโสมมไปสู่ความบริสุทธิ์ผุดผ่อง เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป อานิสงส์ของการฟังมี ๒ อย่างคือ —

— ทำให้ได้ความรู้ หรือได้รู้

— ทำให้ได้ความคิด หรือได้คิด

ตัวอย่างคนได้คิด

ผู้ใหญ่ท่านหนึ่งเล่าให้ฟังว่า ท่านมีเพื่อนรักอยู่คนหนึ่ง เป็นคนชอบเข้าป่าล่าสัตว์มาตั้งแต่หนุ่ม ๆ ที่บ้านเต็มไปด้วยหัวเก้งหัวกวางหัวกระทิงและสัตว์อื่น ๆ อีกมากมาย เรื่องบุญเรื่องทานไม่เคยสนใจ แม้ลูก ๆ จะขอร้อง ภรรยาจะเตือนไม่ให้ล่าสัตว์ เพราะเป็นบาปเป็นกรรมก็ไม่เชื่อ

อยู่มาวันหนึ่ง ขณะที่เข้าป่าล่าสัตว์ เขาได้ยิงชะนีแม่ลูกอ่อนตัวหนึ่งตกลงมา ชะนีนั้นยังไม่ตายทันที มันกอดลูกแน่น จ้องดูลูก น้ำตาไหล — — — แล้วก็มองไปที่คนยิงซึ่งยืนอยู่ใกล้ ๆ ด้วยสายตาวิงวอนคล้าย ๆ จะบอกว่า "ขอฝากลูกน้อยด้วย" แล้วมันก็ขาดใจตาย

ท่านผู้นั้น นึกถึงบาปกรรมตามที่ลูกเมียเคยเตือน ได้นำลูกชะนีนั้นไปเลี้ยง และเลิกฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเด็ดขาด กลายเป็นคนใจบุญสุนทาน นับแต่นั้นเป็นต้นมา

อีกตัวอย่างหนึ่ง

คหบดีคนหนึ่ง มีฐานะดีกว่าเขาหมดในย่านตำบลนั้น ต่อมาเขาเกิดติดฝิ่น จึงได้แต่ใช้เงินไปในการซื้อฝิ่นมาสูบ ทอดทิ้งการทำมาหากิน ฐานะจึงยากจนลง เขาต้องขายนา ขายที่บ้าน และสุดท้ายบ้านที่อยู่อาศัยก็เอาไปจำนองเขาไว้ แม้ลูกเมียจะขอร้องจะบ่นจะว่าอย่างไร ๆ ก็ไม่ยอมฟังเสียง เขาลุ่มหลงอยู่กับการสูบฝิ่นจนไม่คำนึงถึงอะไรทั้งสิ้น

วันหนึ่ง ลูกชายกลับจากไถนา แทนที่จะเอาวัวลงอาบน้ำในลำคลองตามปกติ เขากลับเอาไหกระเทียมตะแคงแล้วไล่วัวเข้าไห เสียงอึกทึกโครมครามอยู่ข้างล่าง — — —

พ่อซึ่งนอนสูบฝิ่นอยู่บนเรือนได้ยินเสียง จึงโผล่ศีรษะออกไปดูทางหน้าต่าง แล้วร้องถามว่า "ไอ้หนู! เจ้ากำลังทำอะไร?"

ลูกชายตอบว่า "ไอ้วัวตัวนี้น่ะซิพ่อ มันดื้อดึง จะเอาเข้าไหมันไม่ยอมเข้า"

"เจ้านี่จะบ้าหรือไง! วัวตัวออกเบ้อเร่อบะร่ามันจะเข้าไปในไหได้อย่างไร" ผู้เป็นพ่อว่า

"มันต้องเข้าได้ซิพ่อ ก็พ่อคิดดูซิว่า กล้องสูบฝิ่นของพ่อรูนิดเดียว นายังเข้าไปได้เป็นแปลง ๆ ที่บ้านก็เข้าไปแล้ว ขณะนี้บ้านที่เราอยู่นี้ก็กำลังจะเข้าไปอีกทั้งหลัง, มันต้องเข้าได้ซิพ่อ !" ลูกชายร้องตอบ แล้วก็ตีวัวเพื่อจะให้มันเข้าไปในไหต่อไป

แต่ไม่มีเสียงตอบจากผู้เป็นพ่อ เขาหันกลับไปนอน แต่คราวนี้ไม่ได้นอนสูบฝิ่น เขานอนเอามือก่ายหน้าผากแล้วคิดไปตามคำพูดของลูกชาย ที่สุดเขากลับเป็นคน "ได้คิด" เลิกสูบฝิ่นได้เด็ดขาด หันเข้าจับงานอาชีพ ตั้งหน้าทำมาหากิน ฐานะของเขาจึงค่อยคืนดีมาอย่างเดิม

การได้ยินได้ฟังได้พบกับเหตุการณ์ ย่อมทำให้คนเราได้รู้และได้คิดดังกล่าวมาแล้ว **ฉะนั้น** พระจึงตรัสว่า การฟังธรรมตามกาล เป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลชุดที่ ๘

ขนฺตี จ โสวจสฺสตา สมณานญฺจ ทสฺสนํ
กาเลน ธมฺมสากจฺฉา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า : ความอดทน ๑ ความเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย ๑ การได้เห็นสมณะ ๑ การสนทนาธรรมตามกาล ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๒๗

ความอดทน

คำว่า "อดทน" เป็นคุณสมบัติทางจิตใจ อาจแบ่งออกเป็น ๒ คำ คือ "อด" กับ "ทน" อดคืออดใจไว้ ไม่ทำในสิ่งที่จะก่อให้เกิดความเสียหายแก่ตัวเรา เช่น เราเป็นนักเรียน เราอยากไปเที่ยวโน่นนี่ อยากดูหนังบ่อย ๆ อยากนอนตื่นสาย ๆ อยากสูบบุหรี่ อยากดื่มสุรา อยากเข้าคลับเข้าบาร์เป็นต้น ก็ต้องอดใจไว้ เพราะจะทำให้เสียการเรียน เสียอนาคต อย่างที่โบราณกล่าวว่า "อดเปรี้ยวไว้กินหวาน"

ทนคือทนต่อสิ่งที่ใจเราไม่ชอบ แต่ถ้าทนแล้วจะทำให้เราได้ดี ก็ต้องทน เช่น ทนลุกขึ้นแต่เช้า ๆ เพื่อเตรียมตัวมาโรงเรียน ทนนั่งฟังอาจารย์สอน ทนฝึก ทนเหน็ดเหนื่อย ทนต่อระเบียบข้อบังคับ และทนต่อความยากลำบาก เป็นต้น

สำหรับผู้ครองเรือนที่จะตั้งเนื้อตั้งตัวเป็นหลักฐานได้ก็ต้องอดใจต่ออบายมุขที่ตัวชอบ เช่น ดื่มสุรา เล่นการพนัน เที่ยวผู้หญิง และคบเพื่อนเสเพล แล้วทนต่อความยากลำบากในการทำมาหากิน เป็นต้น

รวมความว่าเป็นการ "อด" เพื่อไม่ให้ตัวเองตกต่ำเสื่อมเสีย และเป็นการ "ทน" เพื่อให้ตัวเองได้ดีมีความเจริญก้าวหน้า

ความอดทนบางอย่างไม่จัดเป็น "ขันติ" เช่นเคยยากจนอยู่อย่างไร ก็ไม่คิดปรับปรุงตนเอง ทนยากทนจนอยู่อย่างนั้น, เคยประพฤติชั่วช้าเสเพลกินเหล้าเมายาอยู่อย่างไร ก็ทนทำอยู่อย่างนั้น ไม่คิดแสวงหาความรู้ และเคยเป็นหนี้เป็นสินเขา ถูกเจ้าหนี้ทวงเช้าทวงเย็นอยู่อย่างไร ก็ทนอยู่อย่างนั้น ไม่เคยคิดที่จะใช้หนี้เขา เป็นต้น

ลักษณะดังยกตัวอย่างมานี้ ไม่ใช่ขันติ—ความอดทนที่เป็นธรรมะ แต่เป็นลักษณะของคนสิ้นคิด สิ้นหวัง สิ้นความมานะพยายาม และสิ้นยางอาย คนประเภทนี้พระตรัสว่าเป็นคน "ประมาท" แม้มีชีวิตอยู่ก็สักแต่ว่ามีลมหายใจเข้าออกเท่านั้น หาคุณค่าสาระอันใดมิได้เลย

ในการประพฤติปฏิบัติธรรมชั้นสูง เพื่อขจัดขัดเกลากิเลสเพื่อความหลุดพ้นด้วยแล้ว "ขันติ—ความอดทน" ยิ่งเป็นองค์ธรรมที่มีความจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่ง

ลักษณะขันติ ๔ อย่าง

๑. **อดทนต่อความลำบากตรากตรำ** คนเราเกิดมาแล้วจะต้องเรียนหนังสือ ต้องทำงานเลี้ยงชีพ ต้องบริหารครอบครัว ต้องมีงานเกี่ยวกับสังคม งานเหล่านี้ย่อมมีความยากลำบาก ต้องเหน็ดเหนื่อย จึงจำเป็นต้องมีขันติความอดทน

๒. อดทนต่อทุกขเวทนา เป็นธรรมดาที่คนเราจะต้องมีความเจ็บป่วยอย่างน้อย ๆ ก็ต้องปวดหัวปวดท้อง เมื่อความเจ็บป่วยเกิดขึ้นก็ไม่แสดงอาการทุรนทุรายจนเกินเหตุ เป็นที่หนักใจของผู้รักษาพยาบาล

๓. อดทนต่อความเจ็บใจ เมื่อมีใครเขามาทำหรือมาพูดล่วงเกินให้เกิดความเจ็บใจ จะต้องอดทนไว้ไม่โต้ตอบโดยใช้อารมณ์ ให้มีสติยั้งคิดพิจารณาด้วยเหตุผลที่เหมาะที่ควร

๔. อดทนต่ออำนาจกิเลส คือไม่ลุอำนาจแก่ โลภะ โทสะ และโมหะ ความโลภโกรธหลง เราจะต้องใช้ขันติความอดทนต่อสู้กับกิเลสดังกล่าวนี้ เพราะถ้าเราปล่อยตัวปล่อยใจให้ตกอยู่ในอำนาจของมันแล้ว เราก็จะพบแต่ความเดือดร้อน ความพินาศย่อยยับ

ตัวอย่างของผู้มีขันติ

ในแคว้นสุนาปรันตะ มีกฎุมพีคนหนึ่งชื่อปุณณะ เดินทางไปสู่กรุงสาวัตถีเพื่อค้าขายทางเกวียน เขาได้ฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้า เกิดความเลื่อมใสศรัทธาจึงทูลขออุปสมบทในพระพุทธศาสนา

ครั้นอุปสมบทแล้ว ท่านได้บำเพ็ญเพียรปฏิบัติกัมมัฏฐาน แต่ไม่ปรากฏผล จึงคิดว่า "ชนบทนี้ไม่เป็นที่สบาย" จึงเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อทูลลาไปอยู่ในแคว้นสุนาปรันตะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า "ปุณณะ ชาวสุนาปรันตะดุร้าย และหยาบคายมาก เธอจะทนไหวรึ ?"

"ไหวพะย่ะค่ะ"

"ถ้าพวกนั้นเขาด่าและขู่เธอ เธอจะทำอย่างไร ปุณณะ"

"ถ้าถูกคนพวกนั้นด่า ข้าพระพุทธเจ้าจะทำในใจว่ายังดีกว่าถูกเขาตบต่อยด้วยมือ"

"ถ้าถูกเขาตบต่อยเอาล่ะ ปุณณะ"

"ก็ยังดีกว่าถูกเขาเอาก้อนหินก้อนดินขว้างเอาพะย่ะค่ะ"

"ก็ถ้าถูกเขาเอาก้อนหินก้อนกินขว้างเอาล่ะ"

"ก็ยังดีกว่าถูกเขาเอาไม้ตี พะย่ะค่ะ"

"ถ้าถูกเขาเอาไม้ตีล่ะ ?"

"ก็ยังดีกว่าถูกเขาเอาดาบฟันหรือเอาหอกแทงพะย่ะค่ะ"

"ถ้าเธอถูกเขาฆ่าด้วยหอกด้วยดาบล่ะปุณณะ"

"ข้าพระองค์จะทำไว้ในใจว่า เป็นการดีเหมือนกัน คนบางคนที่คิดอยากตายต้องเสียเวลาในการเที่ยวแสวงหาศัสตราอาวุธมาฆ่าตัวเอง แต่ข้าพระองค์มีโชคดี ไม่ต้องลำบากและเสียเวลาไปเที่ยวหาศัสตราอย่างพวกเขา

"ดีมาก ปุณณะ เมื่อเธอทำในใจได้อย่างนี้เราก็อนุญาตให้เธอไปพำนักบำเพ็ญสมณธรรมในแคว้นสุนาปรันตะได้"

ขันติความอดทนเป็นคุณธรรมที่จะทำให้เราบรรลุความสำเร็จและความดีได้ทั้งในทางโลก และทางธรรม ดังกล่าวมาแล้ว ฉะนั้นจึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๒๘

ความเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย

มงคลข้อนี้มีพระบาลีว่า "โสวจสฺสตา" แปลว่า "ความเป็นผู้ว่าง่าย"

คนว่าง่าย ๒ จำพวก

ในมงคลทีปนีแปลเล่ม ๔ หน้า ๒๒๑ ท่านกล่าวว่า "คนว่าง่ายมี ๒ จำพวก บางพวกควรสรรเสริญ บางพวกไม่ควรสรรเสริญ เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ในกกจูปมสูตรว่า "ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุใดเป็นผู้ว่าง่าย ถึงความเป็นผู้ว่าง่ายเพราะเหตุแห่งจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริกขาร เราหาเรียกภิกษุนั้นว่าเป็นผู้ว่าง่ายไม่ เพราะว่า ภิกษุนั้น เมื่อไม่ได้จีวรเป็นต้น หาเป็นผู้ว่าง่ายไม่ หาถึงความเป็นผู้ว่าง่ายไม่, ภิกษุทั้งหลาย ส่วนภิกษุใดแล สักการะธรรมเท่านั้นอยู่ ทำความเคารพธรรมอยู่ นอบน้อมธรรมอยู่ ย่อมเป็นผู้ว่าง่าย ถึงความเป็นผู้ว่าง่าย เราเรียกภิกษุนั้นว่าเป็นผู้ว่าง่าย"

ตามพระดำรัสนี้ ความว่าง่ายสอนง่าย จะต้องเป็นคุณธรรมที่ออกมาจากจิตใจ ไม่ว่าง่ายสอนง่ายเพราะหวัง ลาภ อามิส หรือผลประโยชน์อย่างใดอย่างหนึ่ง เพราะคนประเภทนี้ พอไม่ได้สิ่งที่ตัวหวัง ก็จะเลิกเป็นคนว่าง่าย สอนง่ายทันที

คนว่าง่ายต่างกับคนหูเบา

คนว่าง่าย เชื่อมีเหตุมีผล ใช้สติปัญญาไตร่ตรองเห็นว่าเป็นคุณเป็นประโยชน์

จึงเชื่อและปฏิบัติตามโดยไม่มีทิฏฐิมานะ แต่ถ้าพิจารณาแล้วเห็นว่าเป็นโทษและไร้ประโยชน์ก็ไม่เชื่อ ไม่ปฏิบัติตาม

ส่วนคนหูเบา ใครพูดอะไรบอกอะไรเชื่อหมด และทำตามโดยมิได้ใช้สติปัญญาของตนเป็นเครื่องไตร่ตรอง โดยมิได้คำนึงถึงคนบอกว่ามีคุณธรรมน่าเชื่อถือหรือไม่ มิได้คำนึงว่าเรื่องที่เขาบอกเขาสอนมีเหตุผลหรือไม่ สักแต่ว่าพอได้ยินได้ฟังใครบอกอะไรก็เชื่อไปหมดทุกอย่าง นี่เป็นลักษณะของคนหูเบา ไม่ใช่คนว่าง่าย

คนว่าง่ายตรงข้ามกับคนว่ายาก

คนว่ายากเป็นคนมีทิฏฐิมานะในใจ มีความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ต่อระเบียบ คำสอนและคำแนะนำ แม้เห็นว่าเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตนเอง ก็ไม่ทำตาม เพราะทิฏฐิมานะค้ำใจอยู่ จึงกลายเป็นคนหัวดื้อว่ายาก ส่วนคนว่าง่ายเป็นคนไม่มีทิฏฐิมานะในใจ เมื่อพิจารณาเห็นว่าคำแนะนำ คำสอนใดดีมีประโยชน์ก็รับมาประพฤติปฏิบัติ เป็นคนตระหนักต่อระเบียบวินัยของหมู่คณะ เป็นคนมีจิตใจนุ่มนวล และมองโลกในแง่ดี

เหตุที่ทำให้คนเป็นคนว่ายาก

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๓ หน้า ๒๑๒—๒๑๖ ท่านกล่าวไว้ว่า "ในพระไตรปิฎก เล่ม ๑๒ มูลปัณณาสก์ มัชฌิมนิกาย พระพุทธเจ้าทรงแสดงคนว่ายากไว้ ๑๖ อย่าง คือ ความใฝ่ต่ำ, ยกตัว, เดือดดาล, ผูกโกรธ, รังเกียจเหยียดหยาม, คิดต่อว่าต่อขาน, คิดแย้ง, คิดตะเพิด, คิดย้อน, คิดกลบเกลื่อน, คิดนอกเรื่อง, คิดปิดบัง, ลบหลู่—ตีเสมอ, ริษยาตระหนี่, โอ้อวด—เจ้าเล่ห์ และกระด้าง—หัวรั้น

กิเลสเหล่านี้เป็นเชื้อโรคว่ายาก ทำให้ใจเบื่อคำสอน มีความหยิ่งผยอง ถอนเชื้อเหล่านี้ออกจากใจเสียแล้ว ความว่าง่ายก็จะเกิดขึ้นเอง

ท่านสังเกตได้แล้วใช่ไหมว่า "คนเรากว่าจะมีคุณธรรมข้อโสวจัสสตานี้ข้อเดียว กิเลสในตัวก็เบาบางไปตั้งแยะ มิน่าเล่าในมงคล ๓๘ พระพุทธองค์จึงทรงวางธรรมะข้อนี้ไว้เสียสูงลิบ"

สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (ติสฺสเถระ วัดบรมนิวาส) ท่านกล่าวไว้ว่า "โง่น่ารัก ฉลาดน่านับถือ เป็นเสน่ห์ แต่โง่น่าเกลียด ฉลาดน่าชัง เป็นยาพิษ"

บางท่านว่า "ถ้าจะโง่ ต้องให้เขาสงสาร ถ้าจะฉลาดต้องให้มีแวว, อย่าโง่แกมหยิ่ง ฉลาดแกมโกง"

คนโง่ที่น่ารักน่าสงสารมีประเภทเดียวเท่านั้น คือคนที่ว่าง่ายสอนง่าย ไม่หัวดื้อถือรั้น

ความว่าง่ายเป็นมงคลอย่างไร ?

ได้กล่าวมาแล้วแต่ตอนต้นว่า "มงคล" แปลว่า "ทางแห่งความก้าวหน้า" คนที่ประสบความก้าวหน้า คือคนที่พร้อมจะรับเอาความฉลาดและความดีจากคนอื่นทุกเมื่อ โดยทำตนเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย เกิดมาเป็นคนแล้ว คนด้วยกันสอนไม่ได้ ก็มีแต่จะดักดานจนตาย

สุภาษิตจีนบทหนึ่งกล่าวว่า—

Man must be sharpened on man,
like knife on stone.
คนจะแหลมเพราะลับด้วยกับคน
เหมือนมีดฝนให้คมได้อาศัยหิน.

แต่จะต้องไม่ลืมว่า "เราจะต้องทำตัวเป็นคนว่าง่ายสอนง่ายเสียก่อน มิฉะนั้นแล้วก็หย่าหวังเลยว่า จะมีใครที่ไหนเขายอมมาเป็นหินให้เราฝนเราลับ เราจะกลายเป็นมีดขี้เท่อสนิมเกรอะกรังมีแต่จะผุกร่อนไปในที่สุด—"

เพราะฉะนั้น ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย จึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๒๙

การเห็นสมณะ

มงคลข้อนี้มีพระบาลีว่า "สมณานญฺจ ทสฺสนํ" แปลว่า "**การเห็นสมณะ**"

บรรพชิต กับ สมณะต่างกันอย่างไร

คำว่า "บรรพชิต" หมายถึง "นักบวช" ใช้คู่กับคำว่า "ฆราวาส" แปลว่า "ผู้ครองเรือน" ผู้ครองเรือนที่ออกบวชเรียกว่าบรรพชิต และบรรพชิตที่ละเพศนักบวชก็เรียกว่าฆราวาส

ส่วนคำว่า "สมณะ" แปลว่า "ผู้สงบ"

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๔ หน้า ๒๓๐ ท่านกล่าวว่า "การเข้าไปหา การบำรุง การระลึกถึง การได้ยิน และการเห็นบรรพชิต ผู้มีกิเลสอันสงบแล้ว ผู้มีกาย วาจา จิต และปัญญาอันอบรมแล้ว ผู้ประกอบด้วยการฝึกอย่างสูง ชื่อว่าการเห็นสมณะ

โดยนัยนี้สมณะก็คือ บราพชิตผู้ทรงคุณธรรม ผู้มีกิเลสอันสงบแล้ว มีกายวาจาจิต และปัญญาอันอบรมดีแล้ว และมีการฝึกฝนอบรมตนอย่างสูงส่ง

สมณะจึงเป็นคำสำหรับเรียกผู้มีคุณธรรมสูงกว่าบรรพชิต

"การเห็น" หมายรวมถึง การเข้าไปหา การบำรุง การระลึกถึง และการได้ยิน

ใจความตอนหนึ่งในโอวาทปาติโมกข์ ที่พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอรหันต์ขีณาสพ ๑๒๕๐ รูป มีว่า—

น หิ ปพฺพชิโต ปรูปฆาตี
สมโณ โหติ ปรํ วิเหฐยนฺโต

แปลว่า: บรรพชิตผู้เข่นฆ่าคนอื่นอยู่ ยังเบียดเบียนคนอื่นอยู่ หาใช่ "สมณะ" ไม่

ในคัมภีร์ธรรมบทขุททกนิกาย มีพระบาลีกล่าวไว้ว่า—

น มุณฺฑเกน สมโณ อพฺพโต
อลิกํ ภณํ อิจฺฉาโลภสมาปนฺโน
สมโณ กึ ภวิสฺสติ.

แปลว่า: คนเราไม่ใช่เป็นสมณะเพราะหัวโล้น คนที่ไม่ทำกิจวัตร มีแต่พูดพล่อย ๆ มีความริษยากัน เป็นคนละโมบ จักเป็นสมณะได้อย่างไร

โย จ สเมติ ปาปานิ อนุํถูลานิ สพฺพโส

สมิตตฺตานิ ปาปานํ สมโณติ ปวุจฺจติ

แปลว่า: คนที่เราตถาคตเรียกว่า "สมณะ" จะต้องเป็นผู้ระงับการทำบาปน้อยใหญ่เสีย

เป็นอันว่า เราพอจะทราบได้แล้วว่า "สมณะ" นั้นคือใคร

การเห็นสมณะเป็นมงคลอย่างไร ?

ได้กล่าวมาแล้วว่า "การเห็น" นั้น ท่านหมายรวมถึงการเข้าไปหา การบำรุง การระลึกถึง และการได้ยิน และ "สมณะ" คือผู้ทรงคุณงามความดี ผู้มีกิเลสอันสงบแล้ว มีกายวาจาจิตและปัญญาอันอบรมดีแล้ว และเป็นผู้ประกอบด้วยการฝึกอย่างสูง

การเข้าไปหา การบำรุง การระลึกถึง การได้ยิน และการเห็นผู้ทรงคุณธรรมดีดังกล่าวนี้ ย่อมโน้มนำจิตใจของเราให้ใฝ่ในความดี ให้ใจสบาย สะอาด บริสุทธิ์ และสงบ

เพราะฉะนั้น การเห็นสมณะจึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๓๐

การสนทนาธรรมตามกาล

มงคลที่ ๓๐ มีบทพระบาลีว่า "กาเลน ธมฺมสากจฺฉา" แปลว่า "การสนทนาธรรมตามกาล"

การสนทนาธรรมตามกาลคืออย่างไร ?

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๔ หน้า ๒๔๙ ท่านกล่าวไว้ว่า "ในเวลาพลบค่ำหรือในเวลาใกล้รุ่ง ภิกษุผู้เรียนพระสูตรสองรูป ย่อมสนทนาพระสูตรกะกันและกัน,

ภิกษุผู้ทรงพระวินัย ย่อมสนทนาพระวินัย, ภิกษุผู้เรียนอภิธรรม ย่อมสนทนาอภิธรรม, ภิกษุผู้กล่าวชาดก ย่อมสนทนาชาดก, ภิกษุผู้เรียนอรรถกถา ย่อมสนทนาอรรถกถา, หรือภิกษุย่อมสนทนากันในกาลนั้น ๆ เพื่อจะชำระจิตที่หดหู่ฟุ้งซ่าน และที่ถูกวิจิกิจฉาครอบงำ นี้ชื่อว่า "การสนทนาธรรมตามกาล"

นี่ท่านยกพระภิกษุมาเป็นตัวอย่าง, การสนทนาธรรมที่โด่งดังมากครั้งหนึ่ง คือการสนทนาระหว่างพญามิลินท์ กับพระนาคเสนเถระ เป็นการสนทนาธรรมโดยหาเหตุผลมาหักล้างกันเพื่อหาข้อยุติที่ถูกต้อง เพื่อความรู้อันเป็นแนวทางปฏิบัติที่ถูกที่ควร โดยไม่มีทิฏฐิมานะเข้าหากัน จึงกล่าวได้ว่าเป็นการสนทนาระหว่างปราชญ์กับปราชญ์ บัณฑิตกับบัณฑิตโดยแท้

ในหนังสือมงคลชีวิต เล่ม ๓ หน้า ๒๕๗—๒๕๙ ท่านกล่าวไว้อย่างน่าฟังว่า "ธรรมสากัจฉา คือการสนทนาธรรมที่ถูกต้องตามแบบตามแผนจริง ๆ จะต้องให้ได้หลัก ๓ อย่าง คือ

— สนทนาในธรรม

— สนทนาด้วยธรรม

— สนทนาเพื่อธรรม

สนทนาในธรรม หมายความว่าเรื่องที่จะสนทนากันต้องเป็นเรื่องธรรมะ ให้อยู่ในวงธรรมะ อย่าออกนอกวง ถึงกิเลสมันจะผลักหลังให้ออกก็ฝืนไว้อย่ายอมออก เช่น ถ้าจะพูดถึงการทำดีก็ให้สุดแค่ทำดี อย่าให้เลยไปถึงอวดดี ถ้าจะพูดถึงเรื่องการทำชั่ว ก็ให้สุดแค่ทำชั่ว อย่าให้เลยไปถึงนินทาคนอื่น อย่างนี้เรียกว่าสนทนาในธรรม แม้จะเป็นเรื่องการทำงาน การทำกิน การเรียน การบ้าน ก็คุยกันได้ แต่ให้อยู่ในเขตความดีความชั่ว บาปบุญคุณโทษเท่านั้น อย่างนี้เราเรียกว่าสนทนาธรรมในธรรม

สนทนาด้วยธรรม หมายถึงบุคคลที่สนทนากันจะต้องไม่แสดงกิริยาวาจาให้ผิดธรรมะ เช่นทางกายก็มีสัมมาคารวะกันตามฐานานุรูป ควรไหว้ ไหว้, ควรกราบ กราบ, พูดง่าย ๆ คือเป็นธรรมจารีบุคคล อย่าคิดทรนงตัวด้วยเหตุความรู้มากกว่าเขา ในทางวาจาก็

ใช้ถ้อยคำสุภาพเรียบร้อย เป็นคำสุภาษิต ถ้าฝ่ายหนึ่งถูก ก็ชม ถ้าฝ่ายหนึ่งผิด ก็ทักโดยสุภาพ ไม่กล่าววาจาล่วงเกินเหน็บแนม และถ้าพลาดพลั้งก็ขอโทษ อย่างนี้เรียกว่าสนทนาธรรมด้วยธรรม ไม่ใช่สนทนาด้วยกิเลส หรือปล่อยกิเลสออกโต้กัน

สนทนาเพื่อธรรม คือผู้สนทนาต้องตั้งจุดมุ่งหมายไว้ในใจของตนให้แน่นอนว่า เราจะหาความรู้ความเข้าใจในธรรมะให้ยิ่ง ๆ ขึ้น ไม่ใช่จะอวดรู้หรืออวดธรรมะ ให้คิดเหมือนคนหาเงินมีแต่จะหาให้ได้เงินมาเข้ากระเป๋า ที่ต้องควักเงินออกลงทุนบ้าง ก็เพื่อจะต่อเอาเงินจากกระเป๋าคนอื่นมาเข้ากระเป๋าเรา มิใช่เจตนาจะอวดเงินที่มีอยู่เดิม การสนทนาธรรมก็เหมือนกัน แม้บางจังหวะ เราเป็นผู้แสดงความรู้ออกไป ก็คิดว่าเราเอาความรู้เก่าไปต่อเอาความรู้ใหม่ มิใช่จะอวดรู้ อย่างนี้เรียกว่าสนทนาธรรมเพื่อธรรม

วงสนทนาใดประกอบด้วยองค์ ๓ นี้ จึงจะเป็นธรรมสากัจฉาที่ถูกต้อง และรับรองว่าจะไม่มีการทะเลาะกัน"

การสนทนาธรรมตามกาลเป็นมงคลอย่างไร

ตามธรรมดามนุษย์เราชอบอยู่เป็นกลุ่มเป็นพวก และมีการพูดกันคุยกันเป็นปกตินิสัย เรื่องที่คุยกันนั้นก็มักจะเป็นไปตามระดับของการศึกษา ความรู้ อาชีพ และอัธยาศัยของผู้สนทนา

แต่ก็อาจแบ่งการสนทนาออกเป็น ๒ ประเภท คือประเภทส่งเสริมให้ได้ความรู้ความฉลาด ส่งเสริมให้ความนึกคิดจิตใจสูงขึ้น สะอาดขึ้น ประณีตขึ้น และมีความสุขมากขึ้น กับอีกประเภทหนึ่ง ไม่ทำให้อะไรดีขึ้นมาเลย นอกจากจะเสียเวลาเปล่าแล้ว ซ้ำยังทำจิตใจให้ต่ำลง ทรามลง ฟุ้งซ่าน ทำลายสามัคคีและความสงบสุข เช่นสนทนาเรื่องสกปรกลามกอนาจาร สนทนานินทาว่าร้ายอิจฉาริษยาซึ่งกันและกัน เป็นต้น

การสนทนาประเภทแรกที่กล่าวนี้แหละ คือ การสนทนาธรรม ซึ่งท่านแสดงอานิสงส์ไว้ ๕ ประการ คือ—

๑. เป็นการศึกษาหาความรู้ทางธรรมะ
๒. เป็นการทบทวนความรู้เดิมให้แตกฉาน
๓. บำบัดความสงสัยลังเลใจในการทำความดี
๔. ดัดทิฏฐิความเห็นของตนให้ตรงทาง
๕. เป็นการฝึกอบรมจิตใจให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น

เหล่านี้เป็นผลที่จะเกิดในจิตใจของผู้สนทนาธรรมโดยตรง ส่วนผลทางอ้อมยังมีอีกมากมาย เช่นเป็นการสร้างความสามัคคี ทำให้ครอบครัวอยู่เย็นเป็นสุขเป็นต้น

เพราะฉะนั้น การสนทนาธรรมจึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลชุดที่ ๙

ตโป จ พฺรหฺมจริยญฺจ อริยสจฺจานทสฺสนํ
นิพฺพานสจฺฉิกิริยา จ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า : การบำเพ็ญตบะ ๑ การประพฤติพรหมจรรย์ ๑ การเห็นอริยสัจ ๑ การทำพระนิพพานให้แจ้ง ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๓๑

การบำเพ็ญตบะ

มงคลที่ ๓๑ มีบทพระบาลีว่า "ตโป" แปลว่า "การบำเพ็ญตบะ"

ความหมายของคำว่า "ตบะ"

คำว่า "ตบะ" มีใช้มาก่อนในศาสนาพราหมณ์ ในฮินดูธรรม ๑๖ ข้อ ข้อ ๑๕ ท่านใช้ศัพท์ว่า "พนปราสะ" หมายถึงการสละทรัพย์สมบัติเข้าป่าบำเพ็ญเพียรโดยการทรมานร่างกายด้วยวิธีต่าง ๆ ซึ่งเรียกว่า "การบำเพ็ญตบะ"

ตามหลักนิยมของพราหมณ์หรือฮินดูเชื่อว่าวิญญาณ (Soul) เป็นของบริสุทธิ์ แต่มาเป็นสิ่งที่ไม่บริสุทธิ์เพราะถูกห่อหุ้มไว้ด้วยร่างกายซึ่งเป็นของสกปรกโสมม เปรียบเหมือนผ้าขี้ริ้วห่อทอง วิธีที่จะทำวิญญาณให้บริสุทธิ์ก็โดยการทรมานร่างกายอย่างสาหัสเพื่อเข้าถึงความเป็นพรหมเมื่อสิ้นชีพแล้ว อันเป็นจุดหมายปลายทางของศาสนาพราหมณ์หรือฮินดู

ตามพระพุทธประวัติ พระพุทธเจ้าก็ทรงบำเพ็ญตบะแบบพราหมณ์มาก่อน คือทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาถึงขั้นอุกฤษฏ์จนแทบจะเอาชีวิตไม่รอด และไม่มีผู้ใดที่จะทำได้ยิ่งไปกว่าพระองค์ แต่เมื่อทรงพิจารณาเห็นว่าไม่ใช่ทางเพื่อความพ้นทุกข์ จึงทรงเลิกเสีย หันมาบำเพ็ญเพียรทางจิต เพื่อกำจัดกิเลสออกจากจิต อย่างกับช่างทองใช้ความร้อนไล่มลทินออกเหลือแต่ทองบริสุทธิ์ ฉะนั้น

การใช้ความเพียรเพื่อขจัดกิเลสออกจากจิตดังกล่าวนี้แหละ คือการบำเพ็ญตบะในพระพุทธศาสนา

ในหนังสือมังคลัตถทีปนีแปลเล่ม ๕ หน้า ๒ – ๔ ท่านกล่าวว่า "ธรรมเป็นเครื่องเผาผลาญบาปชื่อว่า ตบะ"

คุณมีขันติเป็นต้นชื่อว่าธรรม, จริงดังนั้น ขันติชื่อว่าตบะ ดังคาถาพระบาลีที่พระพุทธองค์ทรงประกาศท่ามกลางสงฆ์ ๑๒๕๐ รูปในวันจาตุรงคสันนิบาตว่า "ขนฺตี ปรมํ ตโป ตีติกฺขา" แปลว่า "ความอดกลั้นคือความทนทานเป็นตบะอย่างยิ่ง"

ศีล ชื่อว่าตบะ เพราะยังอกุศลธรรมทั้งหลายให้เร่าร้อน

ธรรมคือธุดงค์ ชื่อว่าตบะ เพราะเผาผลาญความโลภด้วยอำนาจแห่งตัณหา (ธุดงค์มี ๑๓ ข้อ ดูในหนังสือธรรมวิภาคปริเฉท ๒)

การสำรวมอินทรีย์ชื่อว่าตบะ เพราะเผาผลาญอกุศลเจตสิกธรรมมีอภิชฌาและโทมนัสเป็นต้น อีกนัยหนึ่ง ความเพียรชื่อว่าตบะ เพราะเผาผลาญความเกียจคร้าน

รวมความว่า การประพฤติปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาไม่ว่าข้อใดข้อหนึ่งถ้าเป็นไปเพื่อขจัดขัดเกลากิเลสแล้วก็ชื่อว่าบำเพ็ญตบะทั้งนั้น เพราะคำว่า "ตโป" แปลว่า "ความเพียรเครื่องเผาผลาญกิเลสคือความชั่วร้ายในจิตใจ"

การบำเพ็ญตบะเป็นมงคลอย่างไร ?

มีพระพุทธภาษิตบทหนึ่งว่า "นตฺถิ สนฺติปรํ สุขํ" แปลว่า "ความสุขอื่นใดที่จะยิ่งไปกว่าความสงบไม่มี" คือพระองค์ตรัสยืนยันว่า "ความสงบเป็นยอดของความสุข"

คราวนี้ถ้าจะถามว่า "อะไรสงบ ?" ก็ต้องตอบว่า "ใจสงบ" ถามว่า "สงบจากอะไร ?" ตอบว่า "สงบจากกิเลส"

ใจที่สงบจากกิเลสนี้แหละเป็นสุข สงบได้น้อยก็สุขน้อย สงบได้มากเท่าไร ก็ยิ่งสุขมากขึ้นเท่านั้น ถ้าสงบได้สิ้นเชิงเด็ดขาด นั่นคือบรมสุข ดังพระบาลีว่า "นิพพานํ ปรมํ สุขํ" พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง คือบรมสุข

การบำเพ็ญตบะเป็นอุบายวิธีอย่างหนึ่งที่จะทำกิเลสให้สงบ เพราะฉะนั้น พระจึงตรัสว่าเป็นมงคลประการหนึ่ง.

ขงคลที่ ๓๒

การประพฤติพรหมจรรย์

มงคลข้อนี้มีบทพระบาลีว่า "พฺรหฺมจริยญฺจ" แปลว่า "การประพฤติพรหมจรรย์"

คำว่า "พรหมจรรย์" แปลว่า "ความประพฤติอันประเสริฐ" ผู้ใดประพฤติพรหมจรรย์ ผู้นั้นชื่อว่าพรหมจารี แปลว่า "ผู้มีความประพฤติอันประเสริฐ"

ตามความรู้สึกของคนโดยทั่ว ๆ ไป คำว่า "ประพฤติพรหมจรรย์" หมายถึงการออกบวชเป็นพระ แต่ตามความเป็นจริง ฆราวาสทั้งชายหญิง ก็ประพฤติพรหมจรรย์ได้ ดังบทพระบาลี ในมงคลทีปนีว่า

"พฺรหฺมจริยํ นาม ทานเวยฺยาวจฺจปญฺจสีลอปฺปมญฺญา เมถุนวิรต สทารสนฺโตส วิริย อุโปสถงฺค อริยมคฺคสาสนวเสน ทสวิธํ โหติ" แปลว่า "ข้อปฏิบัติที่เรียกว่าพรหมจรรย์นั้นมี ๑๐ อย่างคือ ๑. ทาน ๒. เวยยาวัจจะ ๓. เบญจศีล ๔. อัปปมัญญา ๕. สทารสันโดษ ๖. เมถุนวิรัติ ๗. วิริยะ ๘. องค์อุโบสถ ๙. อริยมรรค ๑๐. ศาสนา"

๑. **ทาน** ทานในความหมายนี้ได้แก่การบริจาค เช่นบริจาคปัจจัย ๔ และทรัพย์สมบัติอย่างอื่นเป็นต้น เพื่อถอดถอนความห่วงใยในพัสดุของนอกตัว และเพื่อขจัดตัวมัจฉริยะความตระหนี่เห็นแก่ตัวออกจากจิต เป็นผู้มีฝ่ามือชุ่มอยู่เสมอด้วยทานการบริจาค ดั่งพระเวสสันดรเป็นตัวอย่าง นี้เป็นการประพฤติพหรมจรรย์อย่างหนึ่ง

๒. **เวยยาวัจจะ** ได้แก่การขวนขวายในการทำบุญ คือ นอกจากจะบริจาคทานด้วยตนเองแล้ว ยังวิ่งเต้นขวนขวายชักชวนผู้อื่นอีกด้วย ทั้งเป็นผู้เสียสละเวลาและความสุขส่วนตัว กำลังกายและกำลังความนึกคิดประกอบกุศลกิจเพื่อสาธารณประโยชน์ เช่น วิ่งเต้นช่วยเหลือในการสร้างศาลาพักร้อน บ่อน้ำ ถนนหนทาง โรงเรียน และโรงพยาบาลเป็นต้น ความเป็นผู้ขวนขวายช่วยเหลือในสาธารณประโยชน์ดังยกตัวอย่างมานี้แหละเป็นการประพฤติพรหมจรรย์อย่างหนึ่ง

๓. **เบญจศีล** ได้แก่ศีลห้า คือไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่พูดปด และไม่ดื่มสุราเมรัย ผู้ใดสำรวมระวังไม่ละเมิดข้อห้ามเหล่านี้ได้เป็นนิจ จนเป็นนิสัย ผู้นั้นชื่อว่าเป็นผู้ประพฤติพรหมจรรย์

๔. **อัปปมัญญา** ก็คือพรหมวิหารธรรมนั่นเอง แต่เป็นไปโดยไม่มีขอบเขตจำกัด เช่น เมตตา คือความรักปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขโดยไม่เลือกว่าเป็นมนุษย์หรือสัตว์ เป็นผู้มีบุญคุณหรือไม่มีบุญคุณ เป็นมิตรหรือศัตรู เป็นผู้หวังดีหรือหวังร้ายต่อเราเป็นต้น

การแผ่เมตตาเป็นต้นโดยไม่มีขอบเขตจำกัดเช่นนี้แหละ เป็นการประพฤติพรหมจรรย์อย่างหนึ่ง

๕. **สทารสันโดษ** ได้แก่ความพอใจแต่ในคู่ครองของตนไม่ประพฤตินอกใจ เป็นการประพฤติพรหมจรรย์อย่างหนึ่ง

การประพฤติพรหมจรรย์ในขั้นนี้ยังเกี่ยวข้องอยู่กับกาม คือ มีความเป็นสามีภรรยากันอยู่ เป็นแต่เพียงไม่ประพฤติผิดในกาม หรือผิดประเวณีเท่านั้น

๖. **เมถุนวิรัติ** แปลว่า เว้นจากการเสพเมถุน เป็นการประพฤติพรหมจรรย์ที่สูงขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง

๗. **วิริยะ** แปลว่า ความเพียร คือเพียรระวังไม่ให้ความชั่วร้ายเกิดขึ้น เพียรละความชั่วร้ายซึ่งมีอยู่ในตน เพียรประกอบความดีที่ยังไม่มีให้มีขึ้น เพียรรักษาความดีที่มีอยู่แล้วไม่ให้เสื่อม

อนึ่ง ความเพียรในขั้นนี้ หมายถึงความเพียรพยายามเพื่อละกิเลส โดยการนั่งสมาธิ เดินจงกรม ฟังธรรม และพิจารณาธรรม เป็นต้น

๘. องค์อุโบสถ ได้แก่การรักษาศีลอุโบสถอันประกอบด้วยองค์แปด คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่เสพเมถุน ไม่พูดปด ไม่ดื่มสุราและเมรัย ไม่กินอาหารในเวลาวิกาล (คือตั้งแต่เที่ยง ถึงเช้าวันรุ่งขึ้น) ไม่แต่งตัวด้วยเครื่องประดับที่หรูหรา ไม่ดู ไม่เล่นละครดนตรี ไม่ฟ้อนรำขับร้อง ไม่นั่งนอนบนที่นั่งนอนอันอ่อนนุ่มและใหญ่โต

การปฏิบัติพรหมจรรย์ในขั้นนี้ขึ้นไปเป็นการปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลสโดยตรง เป็นการตัดเยื่อใยทางกามารมณ์ มุ่งตรงสู่โลกุตระ

๙. อริยมรรค ได้แก่อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สมฺมาทิฏฺฐิ ความเห็นชอบ, สมฺมาสงฺกปฺโป ดำริชอบ, สมฺมาวาจา เจรจาชอบ, สมฺมากมฺมนฺโต ทำการงานชอบ, สมฺมาอาชีโว เลี้ยงชีวิตชอบ, สมฺมาวายาโม เพียรชอบ, สมฺมาสติ ระลึกชอบ, สมฺมาสมาธิ ตั้งใจชอบ.

มรรคมีองค์ ๘ นี้แหละ คือทางที่จะนำไปสู่โลกุตรภูมิ

๑๐. ศาสนา หมายถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ผู้ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระองค์ ชื่อว่าเป็นผู้ประพฤติพรหมจรรย์

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๓ ท่านจัดชั้นของพรหมจรรย์ไว้ดังนี้

ชั้นของพรหมจรรย์

๑๐. ศาสนา — ปฏิบัติธรรมทุกข้อในศาสนา

ชั้นสูง
- ๙. อริยมรรค — บำเพ็ญมรรค ๘ (ไตรสิกขา)
- ๘. อุโบสถ — รักษาศีลอุโบสถ
- ๗. วิริยะ — ทำความเพียร

ชั้นกลาง
- ๖. เมถุนวิรัติ — เว้นเสพเมถุน
- ๕. สทารสันโดษ — พอใจแต่ในคู่ครองของตน
- ๔. อัปปมัญญา — แผ่เมตตาสัตว์ทั่วไป

ชั้นต่ำ
- ๓. เบญจศีล — รักษาศีลห้า
- ๒. เวยยาวัจจะ — ขวนขวายในการทำประโยชน์
- ๑. ทาน — การสละทรัพย์ให้คนอื่น

ท่านจะสังเกตเห็นว่า ความมุ่งหมายสูงสุดของการประพฤติพรหมจรรย์ ก็คือการตัดเยื่อใยทุกอย่างทางโลกีย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือกามารมณ์

ผู้ที่ประพฤติพรหมจรรย์ ๑๐ ประการดังกล่าวมานี้ ย่อมมีแต่จะทำชีวิตให้สูงขึ้น สะอาดบริสุทธิ์ขึ้น และมีความสงบสุขยิ่งขึ้น

เพราะฉะนั้น พระจึงตรัสว่า เป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๓๓

การเห็นอริยสัจ

มงคลข้อนี้มีบทพระบาลีว่า "อริยสจฺจาน ทสฺสนํ" แปลว่า "การเห็นอริยสัจ"

มูลเหตุให้เกิดอริยสัจ

โดยอาศัยประสบการณ์ เจ้าชายสิทธัตถะทรงเห็นว่า "ชีวิตของคนเรานี้เป็นของน้อยนัก อยู่ไปไม่เท่าไรก็ต้องตาย______" ทรงรู้สึกสลดพระทัยอย่างยิ่ง คิดที่จะช่วยสรรพสัตว์ให้พ้นจากความทุกข์ดังกล่าวนี้

ทรงคิดเปรียบเทียบเอาว่า "ธรรมดาสิ่งทั้งหลายย่อมมีของแก้กัน เช่นมีกลางคืนก็มีกลางวันแก้ มีมืดก็มีสว่างแก้ มีร้อนก็มีเย็นแก้ เป็นต้น

ฉะนั้น เมื่อมีตาย ก็ย่อมจะมีอุบายสำหรับแก้ "ตาย" เป็นแน่

โดยอาศัยข้อเปรียบเทียบนี้ จึงทรงสละราชสมบัติ และความสุขความสะดวกสบายทั้งหลายออกผนวช เพื่อแสวงหาทางพ้นทุกข์อยู่เป็นเวลาถึง ๖ ปี

ที่สุด ณ ภายใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ เมื่อเพ็ญเดือน ๖ ก่อนพระพุทธศักราช ๔๕ ปี พระองค์ก็ทรงค้นพบทางพ้นทุกข์ดังกล่าวนั้น เรียกว่า "อริยสัจ ๔" แปลว่า "ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ"

อริยสัจ ๔ คือ

๑. ทุกข์

๒. สมุทัย

๓. นิโรธ

๔. มรรค

๑. **ทุกข์** เป็นผลที่เกิดจากสมุทัย แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะคือ

ก. สภาวทุกข์ ได้แก่ทุกข์ประจำ คือ เกิด แก่ ตาย ทุกข์ประเภทนี้มีเหมือนกันหมดทุกคนไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ไม่ว่าชายหรือหญิง ไม่ว่าชาติไหนภาษาไหน คือเมื่อ เกิด มาแล้วก็จะต้อง แก่ และ ตาย ไปในที่สุดไม่มีทางหลบเลี่ยงเบี่ยงบ่ายได้

ที่พระตรัสว่า เกิดเป็นทุกข์ (ชาติปิ ทุกฺขา) เพราะความเกิดมันพ่วงเอาความแก่ ความเจ็บ ความตายและทุกข์อื่น ๆ ตามมาด้วยอีกมากมาย ที่ว่าความแก่และความตายเป็นทุกข์นั้นก็เพราะคนเราไม่อยากแก่ไม่อยากตาย มีความทุกข์เดือดร้อนเพราะกลัวตายกันทั่วไป

ข. ปกิณกทุกข์ ได้แก่ทุกข์จร ท่านจำแนกออกไปเป็น ๘ อย่าง คือ

๑) โสกะ ความโศกเศร้าเสียใจ

๒) ปริเทวะ ความคร่ำครวญละห้อยใจ

๓) ทุกขะ ความทุกข์ทรมานใจ

๔) โทมนัสสะ ความน้อยใจ

๕) อุปายาสะ ความท้อแท้ กลุ้มใจ

๖) สัมปะโยคะ ความสยะแสยงใจ เบื่อหน่าย

๗) วิปปะโยคะ ความห่วงใยใฝ่หา

๘) อาลภะ ความเสียดาย

ทุกข์ประเภทนี้ มีมากมีน้อยไม่เท่ากัน คือบางคนมีมาก บางคนมีน้อย บางคนหักห้ามใจได้ บางคนหักห้ามใจไม่ได้ขึ้นอยู่กับการฝึกฝนอบรมจิตใจของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ

๒. **สมุทัย** คือมูลเหตุให้เกิดความทุกข์ ท่านแยกออกเป็น ๓ ลักษณะ คือ

ก. กามตัณหา ความอยากได้

ข. ภวตัณหา ความอยากเป็น

ค. วิภวตัณหา ความอยากไม่เป็น

เพราะตัณหา คือความอยาก ๓ ประการนี้แหละที่ทำให้เรามีความทุกข์อยู่เสมอ

๓. **นิโรธ** คือความดับทุกข์อันเป็นผลเกิดจากการปฏิบัติมรรคมีองค์ ๘

ความพ้นทุกข์ตามทัศนะของพระพุทธศาสนานั้น คือการปฏิบัติตามองค์มรรคเพื่อความดับทุกข์อันเป็นจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนา

๔. **มรรค** คือทางปฏิบัติไปสู่ความพ้นทุกข์ มี ๘ ประการ คือ

๑) สมฺมาทิฏฺฐิ ความเห็นชอบ

๒) สมฺมาสงฺกปฺโป ความดำริชอบ

๓) สมฺมาวาจา เจรจาชอบ

๔) สมฺมากมฺมนฺโต ทำการงานชอบ

๕) สมฺมาอาชีโว เลี้ยงชีวิตชอบ

๖) สมฺมาวายาโม ทำความเพียรชอบ

๗) สมฺมาสติ ตั้งสติชอบ

๘) สมฺมาสมาธิ ตั้งใจมั่นชอบ

การเห็นอริยสัจ ได้แก่เห็นว่าทุกข์เป็นของมีจริง ตัณหาทำให้เกิดทุกข์ได้จริง เมื่อดับตัณหา ทุกข์ย่อมดับไปได้หมดจริง มรรค ๘ เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ได้จริง เมื่อเห็นจริงตามหลักอริยสัจนี้แล้ว ย่อมเป็นทางดับทุกข์เสียได้

ในมงคลทีปนีท่านกล่าวไว้ว่า "ความเห็นมรรคด้วยอำนาจความตรัสรู้อริยสัจ ๔ ชื่อว่าความเห็นอริยสัจ ความเห็นอริยสัจนั้นพระผู้มีพระภาคตรัสว่าเป็นมงคล เพราะเป็นเหตุแห่งความก้าวล่วงสังสารทุกข์ได้"

เพราะฉะนั้น การเห็นอริยสัจจึงเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๓๔

การทำพระนิพพานให้แจ้ง

มงคลข้อนี้ มีบทพระบาลีว่า "นิพฺพานสจฺฉิกิริยา" แปลว่า "การทำพระนิพพานให้แจ้ง"

พระนิพพานคืออะไร

ในมงคลทีปนีท่านกล่าวไว้ว่า "พระอรหัตผล ชื่อว่านิพพาน, ด้วยเหตุนั้น พระอรรถกถาจารย์จึงกล่าวไว้ในอรรถกถาว่า พระอรหัตผล พระผู้มีพระภาคทรงประสงค์ว่านิพพานในมงคลข้อนี้"

แล้วพระอรหัตผลเล่าคืออะไร ?

ปริพพาชกชื่อชัมพุขาทกะ ถามพระสารีบุตรว่า "พระสารีบุตรผู้มีอายุ, พระผู้มีพระภาคตรัสว่า อรหัตต์ อรหัตต์, อรหัตต์ เป็นไฉนหนอ ?"

พระสารีบุตรตอบว่า "ผู้มีอายุ, ราคกฺขโย ความสิ้นราคะ โทสกฺขโย—ความสิ้นโทสะ โมหกฺขโย—ความสิ้นโมหะ พระผู้มีพระภาคตรัสว่าอรหัตต์"

หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า "ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งราคะ ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งโทสะ ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งโมหะ ชื่อว่านิพพาน" ก็ได้

นิพพานมี ๒ อย่างคือ

๑. สอุปาทิเสสนิพพาน ดับกิเลส (ราคะ โทสะ โมหะ) แต่ยังมีเบญจขันธ์เหลือ (รูป เวทนา สญฺญา สังขาร วิญญาณ) คือดับกิเลสแต่ยังมีชีวิตอยู่

๒. อนุปาทิเสสนิพพาน ดับกิเลสด้วย และเบญจขันธ์ก็ดับไปด้วย คือสิ้นกิเลสแล้วนิพพาน (ตาย)

ความหมายของนิพพานมี ๔ อย่าง

๑. อชาติ ไม่มีการเกิดอีก

๒. อชรา ไม่มีแก่

๓. อพยาธิ ไม่มีเจ็บไข้

๔. อมตะ ไม่มีตาย

๕. นิพภยังคตะ ถึงความดับทุกข์ภัยโดยสิ้นเชิง ได้รับความสุขอย่างยอดยิ่ง

การบรรลุก็ดี ความพิจารณาก็ดี ซึ่งนิพพานนั้น ชื่อว่าการทำให้แจ้งซึ่งนิพพานตามที่กล่าวแล้ว

การทำพระนิพพานให้แจ้ง พึงทราบว่าเป็นมงคล เพราะเป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ ประสบความสุขอันประเสริฐ.

ในมงคลชุดที่ ๙ นี้ พระผู้มีพระภาคตรัสมงคล ๔ ประการ คือ—

๑. การบำเพ็ญตบะ

๒. การประพฤติพรหมจรรย์

๓. การเห็นอริยสัจ

๔. การทำให้แจ้งซึ่งนิพพาน

มงคล ๔ ประการนี้เป็นทางปฏิบัติที่มุ่งตรงไปสู่โลกุตรภูมิ อันเป็นที่สิ้นสุดความทุกข์ทั้งมวล ซึ่งเป็นจุดหมายปลายทางแห่งการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา จึงเป็นมงคลอันสูงสุดของชีวิต.

มงคลชุดที่ ๑๐

ผุฏฺฐสฺส โลกธมฺเมหิ จิตฺตํ ยสฺส น กมฺปติ
อโสกํ วิรชํ เขมํ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ

แปลว่า : จิตไม่หวั่นไหวด้วยโลกธรรม ๑ จิตไม่โศก ๑ จิตปราศจากธุลี ๑ จิตเกษม ๑ นั่นเป็นมงคลอันสูงสุด

มงคลที่ ๓๕

จิตไม่หวั่นไหวด้วยโลกธรรม

ความจริง เรื่องมงคลน่าจะจบลงแค่มงคลที่ ๓๔ "นิพพานสจฺฉิกิริยา—การทำพระนิพพานให้แจ้ง" เพราะเมื่อบรรลุพระนิพพานแล้วก็เป็นอันเสร็จกิจเพียงแค่นั้น เปรียบเหมือนการปีนเขา เมื่อปีนขึ้นไปถึงยอดเขาแล้ว ก็เป็นอันเสร็จเพียงแค่นั้น ไม่ต้องปีนต่อไปอีก

ส่วนมงคลอีก ๔ ข้อที่จะพูดถึงต่อไปนี้เป็นการพรรณาสรรพคุณของพระนิพพานว่ามีลักษณะอย่างไร เปรียบเหมือนเมื่อปีนขึ้นถึงยอดเขาแล้วก็นั่งพักเหนื่อย ชมความงามของธรรมชาติบนยอดเขานั้น

อีกประการหนึ่ง เพื่อเป็นแนวทางให้เราได้ฝึกฝนอบรมจิตใจของเราตามแนวทางแห่งพระอริยบุคคลทั้งหลายอีกด้วย

มงคลข้อที่ ๓๕ มีบทพระบาลีว่า "ผุฏฺฐสฺส โลกธมฺเมหิ จิตตํ ยสฺส น กมฺปติ" แปลว่า "จิตไม่หวั่นไหวด้วยโลกธรรม หรือจิตอันโลกธรรมให้หวั่นไหวไม่ได้"

คำว่า "โลกธรรม" แปลว่าเรื่องของโลก หรือ ธรรมดาของโลก ทุกคนเมื่อเกิดมาแล้วจะต้องพบ

โลกธรรมมี ๘ ข้อ ถ้าจัดเป็นคู่ได้ ๔ คู่, เป็นฝ่ายที่น่าปรารถนาน่าชอบใจ ๔ ข้อ เรียก "อิฏฐารมณ์" เป็นฝ่ายที่ไม่น่าปรารถนาไม่น่าชอบใจ ๔ ข้อ เรียก "อนิฏฐารมณ์" คือ—

คู่ที่	ฝ่ายอิฏฐารมณ์	ฝ่ายอนิฏฐารมณ์
๑	ได้ลาภ	เสื่อมลาภ
๒	ได้ยศ	เสื่อมยศ
๓	ได้รับสรรเสริญ	ถูกนินทา
๔	ได้สุข	ได้ทุกข์

โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ ๔ คือ

๑. การได้ลาภ

๒. การได้ยศ

๓. การได้สรรเสริญ

๔. การได้รับความสุข

การได้ลาภ คือได้สิ่งที่พึงพอใจ เช่น ได้ข้าวของเงินทอง ได้ลูกได้เมีย ได้บ้านเรือน และได้เรือกสวนไร่นา เป็นต้น

การได้ยศ คือได้รับแต่งตั้งให้มีฐานันดรสูงขึ้น ได้ตำแหน่งหน้าที่การงาน ได้อำนาจ และได้เป็นใหญ่เป็นโต เป็นต้น

การได้รับสรรเสริญ คือได้รับคำชม คำยกย่อง คำสรรเสริญ และคำสดุดี เป็นต้น

การได้รับความสุข คือได้รับความสุขกายสบายใจ ความเบิกบานแช่มชื่น และความร่าเริงสดใส เป็นต้น

ของ ๔ อย่างดังกล่าวมานี้เป็นที่อยากได้ เป็นที่ปรารถนาของคนทั่วไป เมื่อยังไม่มีก็พยายามแสวงหา เมื่อมีแล้วได้แล้ว ก็มีความอิ่มเอมใจ เคลิบเคลิ้มหลงใหล เมื่อถึงความเสื่อมก็เศร้าโศกเสียใจอาลัยอาวรณ์ เป็นต้น

โลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ์ ๔ คือ

๑. การเสื่อมลาภ
๒. การเสื่อมยศ
๓. การถูกนินทา
๔. การได้ทุกข์

การเสื่อมลาภ คือลาภที่ได้มาแล้วเสื่อมไป เสียไป เช่น เสียเงินเสียทอง เสียข้าวเสียของ เสียที่อยู่ ลูกตาย เมียตาย และการพลัดพรากจากของรักคนรัก เป็นต้น

การเสื่อมยศ คือถูกลดความเป็นใหญ่ ถูกถอดจากตำแหน่ง ถูกปลดจากหน้าที่การงาน และถูกจำกัดอิสรภาพ เป็นต้น

การถูกนินทา คือถูกตำหนิติเตียน ถูกกล่าวขวัญถึงในทางไม่ดี และถูกซุบซิบนินทาในที่ลับหลัง เป็นต้น

การได้ทุกข์ คือได้รับความไม่สบายกายไม่สบายใจ อันเกิดจากความเจ็บไข้ได้ป่วย หรือจากการพลาดหวังผิดหวัง เป็นต้น

ของ ๔ อย่างดังกล่าวมานี้ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่เป็นที่ปรารถนาของใคร ทุกคนพยายามหลีกเลี่ยง ไม่ต้องการให้เกิดขึ้นกับตน

โลกธรรม ๘ ประการดังกล่าวมานี้ ทั้งที่เป็นฝ่ายอิฏฐารมณ์น่าปรารถนา ทั้งที่เป็นฝ่ายอนิฏฐารมณ์ไม่น่าปรารถนา เป็นของมีประจำอยู่ในโลก คนที่เกิดมาและมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ย่อมจะพบจะเจอ ไม่ว่าอยากได้หรือไม่อยากได้

ข้อแตกต่างกันอยู่ตรงว่า เมื่อถูกโลกธรรมถูกต้องแล้ว จิตของปุถุชนย่อมอ่อนไหวไปตาม แต่จิตของพระอริยบุคคลไม่อ่อนไหว ไม่ยินดียินร้าย

จิตที่ไม่หวั่นไหวด้วยโลกธรรม พระตรัสว่าเป็นมงคลประการหนึ่ง.

มงคลที่ ๓๖

จิตไม่โศก

มงคลข้อนี้มีบทพระบาลีว่า "อโสกํ" แปลว่า "จิตไม่โศก"

ความโศกคืออะไร ?

ในมงคลทีปนีท่านกล่าวไว้ว่า "โทมนัส มีความพินาศเป็นต้นเป็นเหตุ ชื่อว่าโสกะ" สมจริงดังพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า "ภิกษุทั้งหลาย ความเศร้าใจ ความแห้งใจ ความผาก ณ ภายใน ความเศร้าโศก ณ ภายในของสัตว์ผู้ประสบความพินาศอันใดอันหนึ่ง และผู้อันทุกข์ธรรมอันใดอันหนึ่งถูกต้องแล้วนี้ เราเรียกว่าความโศก"

ความโศกเกิดจากอะไร ?

มีพระพุทธภาษิตบทหนึ่งตรัสไว้ว่า "ปิยโต ชายเต โสโก" แปลว่า "ความโศกเกิดจากความรัก"

หมายความว่า เพราะมีรัก จึงมีโศก ถ้าไม่มีรัก โศกก็ไม่มี เหมือนอย่างเพลงที่เขาร้องกันว่า "ที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์" ทุกข์ในที่นี้หมายถึงทุกข์โศก

จิตของพระอริยบุคคลผู้บรรลุพระนิพพานเป็นจิตที่ "ตัดรัก" ได้เด็ดขาดแล้ว เป็นจิตที่ไร้รัก จึงไม่มีความเศร้าโศก ไม่มีความแห้งใจ ไม่มีความผาก ณ ภายใน สมดังบทพระบาลีว่า "ปิยโต วิปฺปมุตฺตสฺส นตฺถิ โสโก กุโต ภยํ" แปลว่า "เมื่อปราศจากความรัก ความโศกก็ไม่มี ความกลัวก็ไม่มี"

ความรักดังกล่าวมานี้หมายถึงความรักอันเกิดจากกิเลส ไม่ใช่ความรักที่เกิดจากเมตตาธรรม

ในหนังสือแบบเรียนวิชาศีลธรรม ท่านยกนิทานมาประกอบไว้ว่า—

"มีครอบครัวอยู่ครอบครัวหนึ่ง มีคนอยู่หกคนคือ พ่อ แม่ ลูกชาย ลูกสาว ลูกสะใภ้ และคนใช้

วันหนึ่งพ่อกับลูกชายออกไปไถนาตามปกติ เคราะห์ร้าย ลูกชายถูกงูเห่ากัดถึงแก่ความตาย ชายผู้เป็นพ่อประคองยกศพลูกไปวางไว้ใต้ต้นไม้ใกล้ ๆ แล้วก็ไถนาต่อไป

เมื่อเห็นชายคนหนึ่งเดินผ่านมา จึงพูดขอร้องว่า "พ่อคุณ, ช่วยไปบอกคนที่บ้านฉันทีเถิดว่า วันนี้จงจัดอาหารมาสำหรับกินคนเดียว แล้วบอกให้คนในบ้านทั้งหมดมาพร้อมกันที่นี่ด้วย"

ชายผู้นั้นรับคำแล้ว ก็ไปบอกตามที่ชาวนาสั่งทุกประการ

คนทั้งสี่คือภรรยาของชาวนา ลูกสาว ลูกสะใภ้ และคนใช้ ได้ออกจากบ้านไปถึงท้องนาเห็นชายหนุ่มนอนตายอยู่ แม่ก็ไม่ร้องไห้ น้องสาว, ภรรยา และคนใช้ก็ไม่ร้องไห้โศกเศร้า ต่างช่วยกันจัดการเผาศพจนเป็นที่เรียบร้อย

ขณะนั้นมีพราหมณ์ผู้หนึ่ง เดินทางมาถึงที่ซึ่งคนทั้งห้ากำลังสนทนากันอยู่ ณ ที่ใกล้ ๆ เผาศพนั้น พราหมณ์จึงเข้าไปถามว่า "ศพที่เผานั้นเป็นใคร ?"

ชาวนาตอบว่า "เขาเป็นลูกชายฉันเอง นั่นแม่, ภรรยา, น้องสาว และคนใช้ของเขา"

พราหมณ์ประหลาดใจที่คนเหล่านั้นล้วนเกี่ยวข้องใกล้ชิดกับผู้ตายทั้งนั้น แต่ไม่เห็นมีใครแสดงความเศร้าโศกเลย จึงถามขึ้นว่า "เพราะเหตุไรพวกท่านจึงไม่แสดงความโศกเศร้าถึงผู้ตายเล่า"

ชาวนาตอบว่า "ธรรมดางูลอกคราบทิ้งไว้ ก็หมดอาลัยในคราบเก่า มิได้เวียนไปเวียนมาหาคราบเดิม ใครจะเหยียบย่ำทุบตีแทงฟันคราบเก่างูนั้น ก็ไม่โกรธ ฉันใด บุตรของเราที่ตายไปนั้น ก็ไม่เวียนมาเวียนไปรักใคร่ในซากศพ ถึงใครจะทุบตีด่าว่าฆ่าฟันศพนั้นก็ไม่โกรธ หรือใครจะบูชาสรรเสริญศพนั้น ก็ไม่มีความดีใจ เพราะพิจารณาเห็นความจริงข้อนี้ ข้าพเจ้าจึงไม่โศกเศร้าถึงบุตร"

หญิงผู้เป็นแม่ตอบว่า "ลูกของฉันเมื่อเขาจะมาเป็นลูก เขาก็มาเอง ฉันไม่ได้ไปชวนเขามา เมื่อเขาจะไป เขาก็ไปเองตามอัธยาศัย ถึงฉันจะร้องไห้ เขาก็ไม่ยินดีอะไร ฉันพิจารณาเห็นอย่างนี้ จึงไม่โศกเศร้าถึงบุตรของฉัน"

หญิงผู้เป็นน้องสาวตอบว่า "ท่านพราหมณ์ ถึงดิฉันจะโศกเศร้าอาลัยถึงพี่ชาย ก็ผอมเปล่าไม่มีประโยชน์อะไรกับพี่ชายที่ตายไป ถึงจะร้องไห้เขาก็ไม่รู้ เพราะเขาตายไปแล้ว ถึงจะร้องไห้จนเลือดตาไหลเขาก็ฟื้นขึ้นมาไม่ได้ ดิฉันพิจารณาเห็นอย่างนี้ จึงไม่โศกเศร้าถึงพี่ชาย"

หญิงผู้เป็นภรรยาตอบว่า "ท่านพราหมณ์เจ้าขา ทารกน้อย ๆ ที่ยังไม่รู้เดียงสาร้องไห้วิงวอนพ่อแม่จะเอาดวงจันทร์ ถึงจะร้องไห้ร่ำไรสักเท่าใด ๆ ก็ไม่สำเร็จตามปรารถนา ฉันใด การร้องไห้อาลัยรักถึงคนที่ตายไปแล้ว ก็ไม่มีโอกาสที่จะให้เขากลับฟื้นคืนมาได้ ฉันนั้น ดิฉันพิจารณาเห็นอย่างนี้ จึงไม่โศกเศร้าถึงสามีที่ตายจากไป"

หญิงคนใช้ตอบว่า "ท่านพราหมณ์เจ้าขา ธรรมดาหม้อที่แตกไปแล้ว เจ้าของเสียดาย ถึงจะร้องไห้ร่ำไรให้หม้อนั้นคุมติดกันเหมือนอย่างเดิม ย่อมเป็นไปไม่ได้ ฉันใด การร้องไห้ถึงคนที่ตายไปแล้ว เขาก็ไม่กลับคืนมาได้ ฉันนั้น ดิฉันพิจารณาเห็นดังนี้ จึงไม่ร้องไห้โศกเศร้าถึงนายที่ตายจากไป"

พราหมณ์ได้ฟังดังนั้น ก็รู้สึกชื่นชมโสนัสยิ่งนัก ได้กล่าวคำอนุโมทนาแล้วก็ลากลับ.

เป็นอันสรุปได้ว่า—

— จิตโศกคือจิตแห้งผาก
— สิ่งที่ทำให้จิตโศกคือความรัก
— จิตที่บรรลุนิพพานแล้วไม่โศก (เพราะไม่มีรัก)

เราท่านทั้งหลายยังเป็นปุถุชนคนธรรมดาใจยังมีรัก หากจะรักใครหรือรักอะไรก็อย่ารักอย่างขาดสติ อย่าทุ่มเทความรักลงไปจนหมดหัวใจ ควรคิดไว้ในใจเสมอ ๆ ว่า "ความโศกเกิดจากความรัก" หรือว่า "ที่ไหนมีรัก ที่นั่นมีทุกข์" เพื่อว่าเมื่อถูกเขาสลัดรัก, เมื่อความรักมันเหือดแห้ง เราจะได้ไม่โศกเศร้าทุกข์ระทมจนเกินไป โปรดจำไว้ว่าคนที่เขาสลัดรักไปจากเรานั้น ที่จะเหลียวหลังกลับมาเห็นใจเวลาเราโศกไม่มีเลย.

มงคลที่ ๓๗

จิตปราศจากธุลี

มงคลข้อนี้ มีบทพระบาลีว่า "วิรชํ" แปลว่า "จิตปราศจากธุลี" เป็นคุณสมบัติของจิตที่บรรลุพระนิพพานอีกด้านหนึ่ง คือด้านความผุดผ่อง

ในมงคลทีปนีท่านแปล "วิรชํ" ว่าจิตปราศจากกิเลสเพียงดังธุลี

คือพระพุทธองค์ทรงเปรียบกิเลสว่าเหมือนธุลี

ธุลีคือฝุ่นละอองที่ปลิวอยู่ตามอากาศ เมื่อไปตกหรือจับอยู่ที่ใด ก็ทำให้สิ่งนั้นสกปรกมัวหมอง เช่นไปจับอยู่ที่กระจก ก็ทำให้กระจกฝ้ามัวแลดูสกปรกไม่สดใส เป็นต้น

ในหนังสือมงคลชีวิตภาค ๓ ท่านกล่าวไว้ว่า "กิเลสซึ่งเป็นธุลีของใจมีอยู่ ๓ ตระกูล คือ ๑. ตระกูลความรัก ๒. ตระกูลความชัง ๓. ตระกูลความหลง, แต่ละตระกูลก็มีหยาบมีละเอียดเป็นชั้น ๆ ดังนี้

ตระกูลความรัก

๑.	อภิชฌาวิสมโลภะ	ความโลภอย่างรุนแรง
๒.	อภิชฌา	เพ็งเล็งทรัพย์คนอื่น
๓.	โลภะ	ความละโมบในทางทุจริต
๔.	ปาปิจฉา	ความอยากได้โดยวิธีสกปรก
๕.	มหิจฉา	ความอยากใหญ่ (ไม่รู้จักพอ)
๖.	กามราคะ	ความกำหนัดในกาม
๗.	รูปราคะ	ความกำหนัดในรูปอันพึงใจ
๘.	อรูปราคะ	ความกำหนัดในอารมณ์ทางใจ

กิเลสหมายเลข ๑—๒—๓ หยาบมาก เหมือนขยะมูลฝอยดูรกตาทีเดียว กิเลสหมายเลข ๔—๕ หยาบน้อยลงเหมือนฝุ่นผงไม่ถึงกับรกตา แต่รกใจ กิเลสหมายเลข๖—๗—๘ ที่มีคำลงท้ายว่า "ราคะ" นั้น ละเอียดมาก เหมือนฝุ่นละอองหรือธุลี ฉะนั้น คำว่าธุลีในมงคลข้อที่ ๓๗ จึงหมายถึงกามราคะ รูปราคะ และอรูปราคะ ดังกล่าว

ตระกูลความชัง เช่น :

๑.	พยาบาท	ความอาฆาตแก้แค้น
๒.	โทสะ	ความคิดทำร้าย
๓.	โกธะ	ความเดือดดาลใจ
๔.	ปฏิฆะ	ความขัดเคืองใจ
๕.	อรติ	ความไม่ชอบใจ

ในตระกูลความชังนี้ กิเลสชั้นพยาบาทและโทสะน่าเกลียดน่ากลัวมาก เป็นชั้นหยาบ โกธะเป็นความวุ่นวายในใจของผู้นั้นเอง เป็นชั้นกลาง ส่วนปฏิฆะและอรติ เป็นเพียงความรู้สึกในจิต ละเอียดมาก เทียบได้กับฝุ่นละออง กิเลสในตระกูลนี้ ที่เรียกว่า "ธุลี" ก็หมายถึงปฏิฆะและอรตินี้

ตระกูลความหลง

๑.	มิจฉาทิฏฐิ	ความเห็นผิด
๒.	โมหะ	ความลุ่มหลง
๓.	สักกายทิฏฐิ	ความเห็นว่ามีตัวตน
๔.	วิจิกิจฉา	ความลังเลไม่ตกลงได้
๕.	สีลัพตปรามาส	ความติดอยู่ในศีลพรต
๖.	มานะ	ความถือตัว ถือเราถือเขา
๗.	อุทธัจจะ	ความฟุ้งซ่าน
๘.	อวิชชา	ความไม่รู้สัจธรรม

กิเลสสายนี้ มิจฉาทิฏฐิ เป็นชั้นหยาบ โมหะ เป็นชั้นกลาง ตั้งแต่ข้อ ๓—๘ เป็นเรื่องทางจิตชั้นใน ควรจะเทียบกับฝุ่นละออง คำว่า ธุลี ในมงคลข้อที่ ๓๗ นี้ ก็หมายถึงกิเลสอย่างละเอียดนี้"

รวมความว่า กิเลสชั้นที่เรียกว่า "ธุลี" นั้นหมายถึงกิเลสชั้นละเอียดจากสามตระกูล ดังกล่าว

ในมงคลทีปนี ท่านกล่าวไว้ว่า "พระผู้มีพระภาคตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า ความโลภยังความพินาศไร้ประโยชน์ให้เกิด, ยังจิตให้กำเริบ ชนย่อมไม่หยั่งรู้ซึ่งภัยนั้นอันเกิดแล้ว ณ ภายใน คนโลภย่อมไม่รู้อรรถ, ไม่เห็นธรรม ความโลภย่อมครอบงำนรชนในกาลใด ความมืดมนย่อมมีในกาลนั้น

โทสะยังความพินาศไร้ประโยชน์ให้เกิด ยังจิตให้กำเริบ ชนย่อมไม่หยั่งรู้ซึ่งภัยนั้นอันเกิดแล้ว ณ ภายใน คนถูกโทสะประทุษร้ายแล้วย่อไม่รู้อรรถ ย่อมไม่เห็นธรรม โทสะย่อมครอบงำนรชนในกาลใด ความมืดมนย่อมมีในกาลนั้น

โมหะยังความพินาศไร้ประโยชน์ให้เกิด ยังจิตให้กำเริบ ชนย่อมไม่หยั่งรู้ซึ่งภัยนั้นอันเกิดแล้ว ณ ภายใน คนหลงย่อมไม่รู้อรรถ ไม่เห็นธรรม โมหะย่อมครอบงำนรชนในกาลใด ความมืดมนย่อมมีในกาลนั้น"

จิตที่เข้าถึงภาวะนิพพาน ย่อมเป็นจิตที่ปราศจากกิเลสเพียงดังธุลีดังกล่าวมา.

มงคลที่ ๓๘

จิตเกษม

มงคลข้อนี้มีบทพระบาลีว่า "เขมํ" แปลว่า "จิตเกษม"

ในมงคลทีปนี ท่านกล่าวว่า "จิตที่ปลอดโปร่งจากโยคะ ๔ ชื่อว่าเกษม

กิเลสเหล่าใด ย่อมประกอบหรือผูก (สัตว์) ไว้ในวัฏฏะ เพราะฉะนั้น กิเลสเหล่านั้นชื่อว่าโยคะ"

โยคะ ๔ คือ

๑. กามโยคะ ได้แก่ราคะที่เป็นไปในเบญจกามคุณคือความกำหนัดยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส และผัสสะ

๒. ภวโยคะ ได้แก่ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจในรูปภพและอรูปภพ

อนึ่ง ความติดในฌาน และความกำหนัดที่ประกอบด้วย สัสสตทิฏฐิ (คือเห็นว่าตายแล้วเกิด) ก็ชื่อว่า ภวโยคะ

๓. ทิฏฐิโยคะ ได้แก่ทิฏฐิ ๖๒ ทิฏฐิเหล่านี้เป็นเครื่องผูกสัตว์ไว้ในวัฏฏะ (ทิฏฐิ ๖๒ ดูในพรหมชาลสูตร)

๔. อวิชชาโยคะ ได้แก่ความไม่รู้ในสัจจะ ๔

อีกนัยหนึ่ง กิเลสใดย่อมประกอบ (สัตว์) ไว้ในกามทั้งหลาย เพราะฉะนั้น กิเลสนั้นชื่อว่ากามโยคะ กิเลสใดย่อมประกอบ (สัตว์) ไว้ในภพทั้งหลาย เพราะฉะนั้น กิเลสนั้นชื่อว่าภวโยคะ, กิเลสใดย่อมประกอบ (สัตว์) ไว้ในทิฏฐิทั้งหลาย เพราะฉะนั้น กิเลสนั้นชื่อว่าทิฏฐิโยคะ, กิเลสใดย่อมประกอบ (สัตว์) ไว้ในอวิชชา เพราะฉะนั้น กิเลสนั้นชื่อว่าอวิชชาโยคะ

โยคะ ๔ ประการดังกล่าวมานี้ เปรียบเหมือนเชือกสี่เกลียว ที่ประกอบหรือผูก (สัตว์) ไว้ให้วกวนอยู่ในวัฏสงสารไม่มีที่สุดสิ้น

พระอริยบุคคลท่านตัดเกลียวเชือกทั้งสี่นี้ได้แล้ว เกลียวที่ ๑ คือกามโยคะ ท่านตัดได้ขาดแล้ว ตั้งแต่ได้บรรลุธรรมชั้นอนาคามี, พอเป็นพระอรหันต์ท่านก็ตัดอีกสามเกลียวได้ขาด พ้นจากวงเวียนแห่งสังสารวัฏ ดำรงอยู่ในโลกุตรภูมิ อันเป็นแดนเกษมสุขชั่วนิรันดร์ นี้คือสุดยอดแห่งมงคลของชาวพุทธ.

จบมงคล ๓๘ ประการ

ขอสันติสุขจงมีแด่สรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า

พิมพ์ที่บัณฑิตการพิมพ์
หลังวิทยาลัยครูเพชรบุรี กรุงเทพมหานคร โทร. 2829942
นายเจียง รุ่งเรืองธรรม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา 2521